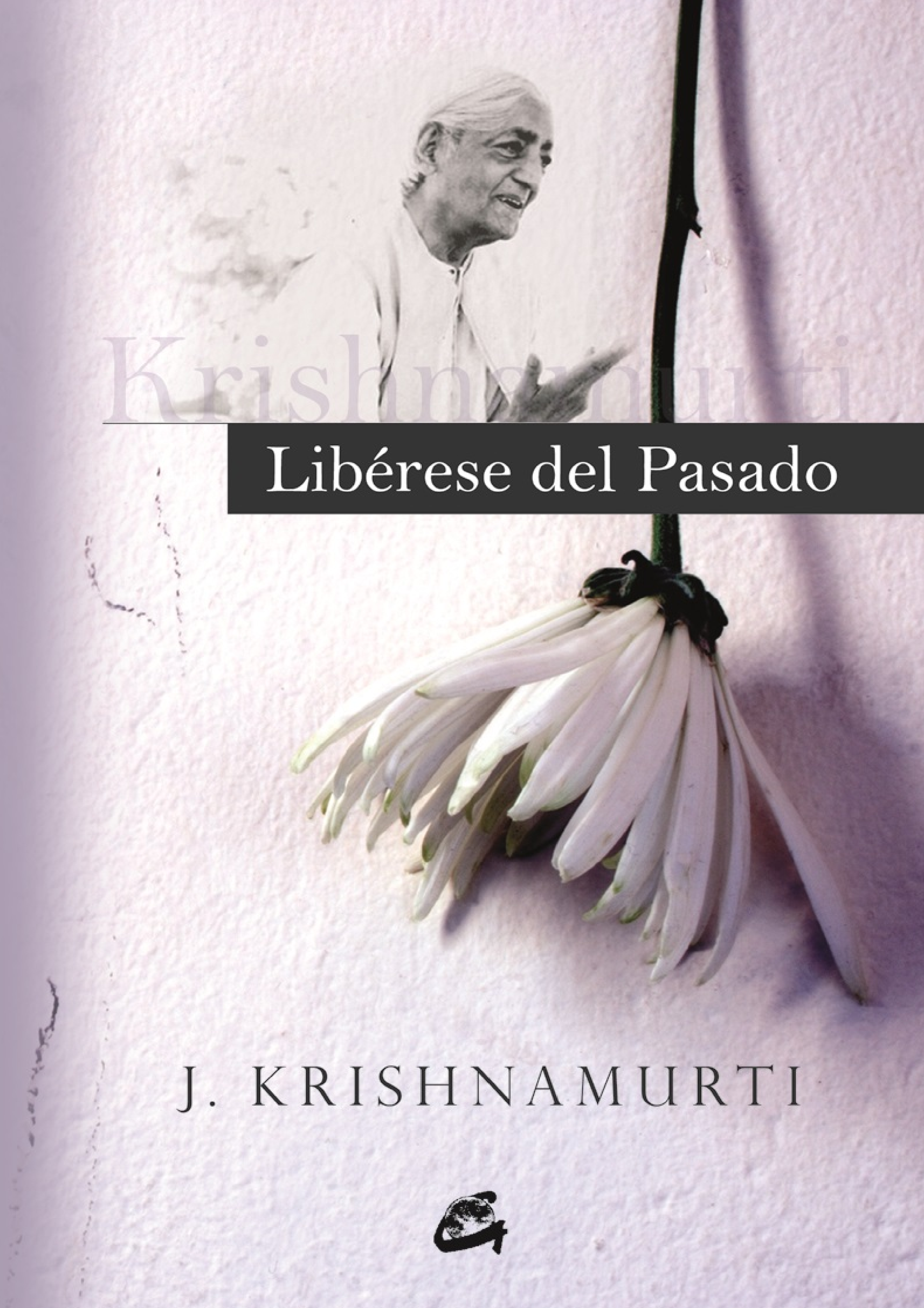

Krishnamurti
Libérese del Pasado
J. KRISHNAMURTI

Este libro se escribió por sugerencia de Krishnamurti, y ha sido aprobado por él. Las palabras que contiene fueron seleccionadas de varias de sus recientes pláticas en inglés, grabadas en cintas magnetofónicas, e inéditas, las cuales pronunció ante auditorios de distintas partes del mundo. La compilación y el orden en que están presentadas son de mi responsabilidad.

MARY LUTYENS.

CAPÍTULO I

La Búsqueda del Hombre - La Mente Torturada - El Enfoque Tradicional - La Trampa de la Respetabilidad - El Ser Humano y el Individuo - La Lucha de la Existencia - La Naturaleza Básica del Hombre - La Responsabilidad - La Verdad - La Autotransformación - Disipación de la Energía - Liberarse de la Autoridad

A través de las edades, el hombre ha buscado algo más allá de sí mismo, más allá del bienestar material -lo que llamamos verdad, Dios o realidad, un estado sin temporalidad algo que no pueda ser perturbado por las circunstancias, por el pensamiento o por la corrupción humana.

El hombre se ha planteado siempre el interrogante: ¿Qué significa todo esto? ¿Tiene la vida algún significado? Ve la enorme confusión de la vida, las brutalidades, las revoluciones, las guerras, la división interminable en las religiones, ideologías y nacionalidades, y con un sentimiento de continua y profunda frustración, se pregunta: ¿Qué ha de hacer uno? ¿Qué es lo que llamamos vivir? ¿Hay algo más allá?

Al no encontrar esa cosa desconocida con miles de nombres que siempre ha buscado, ha cultivado la fe -fe en un salvador o en un ideal- pero la fe invariablemente engendra violencia.

En esta batalla constante que llamamos vida, tratamos de establecer un código de conducta de acuerdo con la sociedad que hemos crecido, ya sea una sociedad comunista, o una llamada sociedad libre. Aceptamos una norma de conducta, que es parte de nuestra tradición como hindúes, musulmanes, cristianos, sea lo que seamos. Recurrimos a alguien para que nos diga cual es la conducta correcta o equivocada, cual es el pensamiento recto o errado y siguiendo este patrón, nuestra conducta y nuestro pensamiento se vuelven mecánicos y nuestras respuestas automáticas. Podemos observar esto muy fácilmente en nosotros mismos.

Por siglos hemos sido tratados como párvulos por nuestros maestros, autoridades, libros y santos de nuestra devoción. Les decimos: "Háblenme de todo esto: ¿Qué hay más allá de las colinas, de las montañas y la tierra?" Y quedamos satisfechos con sus descripciones, lo cual quiere decir que vivimos de palabras, y que nuestra vida esta vacía y hueca. Somos gente de segunda mano. Hemos vivido de lo que se nos ha dicho, ya sea guiado por nuestras inclinaciones, nuestras tendencias, o compelidos a aceptarlas por las circunstancias y el medio ambiente. Somos el resultado de toda clase de influencias, no hay nada nuevo en nosotros, nada que hayamos descubierto por nosotros mismos; nada original, prístino, claro.

A través de la historia de la teología, nos han asegurado los líderes religiosos, que si ponemos en práctica ciertos rituales, si repetimos ciertas plegarias o mantras, si vivimos conforme a determinados patrones, si reprimimos nuestros deseos; si controlamos nuestros pensamientos, sublimamos las pasiones, moderamos los apetitos y refrenamos la indulgencia sexual, encontraremos, tras suficiente tortura de la mente y del cuerpo, algo más allá de esta mezquina vida. Es lo que millones de los llamados religiosos han hecho a lo largo del tiempo, ya sea en aislamiento, internándose en el desierto o en las montañas, o en una cueva, o vagando de pueblo en pueblo con una escudilla de mendicante, o bien en grupos, uniéndose a un monasterio, forzando sus mentes a seguir un patrón establecido. Pero una mente torturada, una mente abatida, una mente que desea escapar de toda aflicción, que ha renunciado al mundo exterior y se ha endurecido por la disciplina y la conformidad, tal mente, por mucho que busque, solo encontrará aquello que esté de acuerdo con su distorsión.

Así, pues, para descubrir si realmente hay algo más allá de esta existencia ansiosa, culpable, temerosa y competitiva, me parece que debe uno enfrentarse a ella en forma por completo diferente. El enfoque tradicional consiste en partir de la periferia hacia el centro, y a través del tiempo, con la práctica de la renunciación, seguir gradualmente hasta alcanzar esa flor interna, esa belleza y ese amor interno -en efecto, hacer todo lo que pueda volver a uno apocado, falso y mezquino- despojarse poco a poco; tomar tiempo; dejarlo para mañana, para la próxima vida. Y cuando al fin llega uno al centro, descubre que ahí no hay nada, porque la mente se ha vuelto incapaz, torpe e insensible.

Habiendo observando este proceso, uno se pregunta: ¿Es que no hay un enfoque del todo diferente? Esto es, ¿no es posible irrumpir súbitamente desde el centro?

El mundo acepta y sigue el enfoque tradicional. La causa principal del desorden en nosotros mismos es la búsqueda de la realidad prometida por otros. Seguimos mecánicamente a quien nos asegura una vida espiritual confortable. Es de lo más extraordinario que aunque la mayoría de nosotros nos oponemos a la tiranía y a la dictadura política, internamente permitimos que la autoridad, la tiranía de otro nos tuerza la mente y nuestra manera de vivir. De modo que si rechazamos por completo, no intelectualmente, sino realmente toda llamada autoridad espiritual, todas las ceremonias, rituales y dogmas, ello significa que nos quedamos solos, y en conflicto con la sociedad, y dejamos de ser respetables. No es posible que un ser humano respetable pueda acercarse a esa infinita e inconmensurable realidad.

Usted ha empezado ahora por negar algo absolutamente falso -el enfoque tradicional- pero si lo niega como una

reacción, habrá creado otro patrón en el cual se verá de nuevo atrapado. Si usted se dice a sí mismo intelectualmente que esta negación es muy buena idea, pero no hace nada al respecto, no podrá seguir más adelante. Sin embargo, si usted lo niega porque comprende la estupidez y la poca madurez de ello, si lo rechaza con tremenda inteligencia, porque se es libre y no tiene miedo, creará una gran perturbación en usted mismo y a su alrededor, pero se habrá salido de la trampa de la respetabilidad. Entonces se descubrirá que no se está buscando. Esta es la primera cosa por aprender -no buscar-. Cuando buscamos solo estamos vagando de tienda en tienda.

La pregunta de si hay o no hay un Dios o verdad o realidad, o como quiera usted llamarla, nunca puede ser contestada por los libros, por los sacerdotes, filósofos o salvadores. Nadie ni nada puede contestar la pregunta, sino usted mismo, y para ello, debe usted conocerse. La inmadurez se origina en la total ignorancia de uno mismo. El conocimiento de uno mismo es el principio de la sabiduría.

¿Y qué es usted, usted como individuo? Creo que hay una diferencia entre el ser humano y el individuo. El individuo es una entidad local que vive en un país determinado, que pertenece a una cultura particular, a una sociedad particular y a una religión particular. El ser humano no es una entidad local. Está dondequiera. Si el individuo actúa en un rincón fijo del vasto campo de la vida, entonces su acción está por completo desligada del conjunto. Por lo tanto, se debe tener presente que estamos hablando de la parte de la totalidad, no de la parte, porque en lo mayor está lo menor, pero en lo menor no está lo mayor. El individuo es la pequeña entidad condicionada, desdichada, frustrada, satisfecha con sus pequeños dioses, sus pequeñas tradiciones, mientras que un ser humano esta interesado en el bien general, en la desdicha y la confusión total del mundo.

Los seres humanos somos lo que hemos sido por millones de años: celosamente codiciosos, envidiosos, agresivos, celosos, impacientes y desesperados, con destellos ocasionales de gozo y afecto. Somos una mezcla extraña de odio, temor y gentileza. Somos a la vez violentos y pacíficos. Ha habido un progreso exterior desde el carro de bueyes al avión, pero psicológicamente el individuo no ha cambiado en absoluto, y la estructura de la sociedad en el mundo es su creación. La estructura social exterior es el resultado de la estructura psicológica interna de nuestras relaciones humanas, porque el individuo es el producto de la experiencia total, el conocimiento y la conducta del hombre. Cada uno de nosotros es el almacén de todo el pasado. En el individuo está lo humano, que es toda la humanidad. La historia completa del hombre está escrita en nosotros mismos.

Observen de hecho lo que realmente está ocurriendo dentro y fuera de ustedes mismos en esta cultura de competencias donde viven con sus deseos de poder, posición, prestigio, nombre, éxito y todo lo demás. Observen los logros de los cuales están ustedes tan orgullosos, la totalidad de este campo que llaman vida, donde toda forma de relación es un conflicto que engendra odios, antagonismos, brutalidad y guerras interminables. Este campo, esta vida, es todo lo que conocemos y siendo incapaces de comprender la enorme lucha de la existencia, la tememos naturalmente, y buscamos un escape en toda clase de medios sutiles. Y también estamos temerosos de lo desconocido (le tememos a la muerte, le tememos a lo que existe más allá del mañana) de modo que tememos lo conocido y tememos lo desconocido. Esta es nuestra vida diaria. En ella no hay esperanza y, por lo tanto, cualquier filosofía, cualquier forma de concepto teológico, es meramente un escape de la verdadera realidad de lo que es.

Todos los cambios exteriores producidos por las guerras, revoluciones, reformas, leyes e ideologías han fallado en la transformación de la naturaleza básica del hombre y, por tanto, de la sociedad. Como seres humanos que vivimos en este mundo monstruosamente feo, preguntémonos: ¿Puede terminarse esta sociedad basada en la competencia, en la brutalidad y el temor? ¿No como un concepto intelectual, no como una esperanza, sino como un hecho real, de modo que la mente se vuelva fresca, nueva e inocente, y pueda producir un mundo distinto del todo? Esto puede ocurrir solamente, pienso yo, si cada uno reconoce el echo fundamental de que nosotros, como individuos, como seres humano, cualquiera que sea la parte del mundo en que vivamos, o la cultura a que pertenezcamos, somos totalmente responsables de la situación en que se halla el mundo.

Cada uno de nosotros somos responsables de todas las guerras, por la agresividad de nuestras vidas, por nuestro nacionalismo, nuestro egoísmo, nuestros dioses, nuestros prejuicios, nuestros ideales, todo lo cual nos divide. Y sólo actuaremos cuando nos demos cuenta, no intelectualmente, sino realmente -tan realmente como nos daríamos cuenta de que tenemos hambre o de que sentimos un dolor de que usted y yo somos responsables del caos y de toda esta desdicha que existe en el mundo porque hemos contribuido a ello con nuestras vidas diarias, y somos parte de esta monstruosa sociedad, con sus guerras, divisiones, su fealdad, brutalidad y codicia. Sólo dándonos cuenta de esto actuaremos.

Pero, ¿qué puede hacer un ser humano -qué podemos hacer usted y yo- para crear una sociedad completamente distinta? Estamos haciendo una pregunta muy seria: ¿Hay algo que pueda hacer de manera alguna? ¿Qué **podemos** hacer? ¿Puede alguien decírnoslo? Cierta gente **nos** lo ha dicho. Los llamamos líderes espirituales, que se supone han comprendido estas cosas mejor que nosotros, nos lo han dicho, tratando de torcernos y moldearnos dentro de un nuevo patrón, pero eso no nos ha llevado muy lejos; hombres ilustrados y sofisticados nos lo han dicho, y eso

tampoco nos ha servido de nada.

Se nos ha dicho que todos los caminos llevan a la **verdad** -usted tiene su camino como hindú, otro su sendero como cristiano, otro como musulmán y todos se encuentran en la misma puerta- lo cual es, cuando bien se mira, evidentemente absurdo. La Verdad no tiene sendero, y eso es la belleza de la Verdad que es vivencia. Una cosa muerta tiene un sendero porque es algo estático, pero cuando usted ve que la verdad es algo viviente, que se mueve, que no tiene lugar de descanso, que no está en templo alguno, en la mezquita o en la iglesia adonde ninguna religión, sacerdote o filósofo, nadie nos puede llevar, entonces se verá también que esa cosa viviente es lo que usted realmente es: su cólera, su brutalidad, su violencia, su desesperación, la agonía y el dolor en que vive. En la comprensión de todo eso está la verdad, y usted puede comprenderla sólo si sabe mirar esas cosas en su vida. Y usted no puede mirarlas a través de una ideología o de una pantalla de palabras, a través de esperanzas y temores.

Así usted ve que no puede depender de nadie. No hay guía, ni maestro, ni autoridad. Hay solamente usted -sus relaciones con otros y con el mundo- no hay nada más. Cuando usted se da cuenta de esto, o bien siente una gran desesperación de la cual viene el cinismo y la amargura o bien, al enfrentarse al hecho de que usted y nadie más es responsable del mundo y de usted mismo, por lo que piensa, por lo que siente, por su modo de actuar, toda lástima de sí mismo desaparece. Normalmente arrojamos la culpa sobre los otros, lo cual es una forma de autocompasión.

¿Podemos usted y yo, entonces, producir en nosotros mismos, sin influencia exterior o sin persuasión alguna, sin ningún temor al castigo ¿podremos producir en la misma esencia de nuestro ser una total revolución, una mutación psicológica, de manera que ya no seamos brutales, violentos, competidores, impacientes, temerosos, codiciosos, envidiosos y todas las restantes manifestaciones de nuestra naturaleza que han estructurado esta corrompida sociedad donde vivimos nuestras vidas diarias?

Es importante comprender desde el mismo principio, que no estoy formulando ninguna filosofía, ni estructura de ideas o de conceptos teológicos. Me parece que todas las ideologías son totalmente idiotas. Lo que importa no es una filosofía de la vida, sino observar lo que realmente ocurre en nuestra vida diaria interna y exteriormente. Si uno observa muy de cerca lo que está pensando y lo examina, verá que todo ello se apoya en un concepto intelectual, y el intelecto no es todo el campo de la existencia; es un fragmento. Y un fragmento por ingeniosamente que haya sido formado, por antiguo o tradicional que sea, sigue siendo sólo una pequeña parte de la existencia, en tanto que nosotros tenemos que tratar con la totalidad de la vida.

Y cuando miramos lo que esta ocurriendo en el mundo, empezamos a comprender que no hay un proceso interior y exterior; hay solamente un proceso unitario. Es todo un movimiento total, el movimiento interior expresándose a sí mismo como exterior, y lo exterior reaccionando de nuevo sobre lo interior. Ser capaces de mirar esto, me parece que es todo lo que se necesita, porque si sabemos mirar, entonces todo se vuelve muy claro. Y para mirar no se requiere una filosofía ni un maestro. Nadie necesita decirle cómo debe mirar. Usted simplemente mira.

¿Puede usted, entonces, viendo todo este cuadro, viéndolo de veras, no en forma verbal, puede usted fácilmente, espontáneamente transformarse? Este es el verdadero problema ¿Es posible producir una completa revolución en la psiquis?

Me pregunto cuál es su reacción ante tal interrogante. Usted puede que diga: “No quiero cambiar”, y mucha gente no lo quiere, en especial aquellos que se sienten bastante seguros social y económicamente o que se apoyan en creencias dogmáticas y están satisfechos de sí mismos y de las cosas tal como son o si estuvieran en un forma ligeramente modificada. No estamos hablando de estas personas.

O bien puede que uno lo exprese con mayor sutileza: “Bien, esto es demasiado difícil, no es para mí”. En tal caso se habrá bloqueado usted mismo, habrá cesado ya de inquirir y de nada le servirá seguir adelante. O también puede que diga: “Veo la necesidad de un cambio interno fundamental en mí mismo, ¿pero cómo voy a producirlo? Por favor, muéstreme el camino, ayúdeme a alcanzarlo”. Si usted dice eso, entonces, lo que le interesa no es el cambio en sí, no está realmente interesado en una revolución fundamental; está simplemente buscando un método, un sistema para producir el cambio.

Si yo fuera lo bastante insensato para darle un sistema y usted fuera tan insensato para seguirlo, sólo estaría copiando, imitando, sometiéndose, aceptando. Al hacer esto ha establecido en sí mismo como patrón la autoridad de otro, y de ahí el conflicto que usted tiene con esa autoridad. Usted se siente obligado a hacer tal y tal cosa, porque se le ha dicho que lo haga y, sin embargo, no puede. Usted tiene sus peculiares inclinaciones, tendencias y presiones, las cuales se hallan en conflicto con el sistema que cree que debe seguir, y, por lo tanto, está en contradicción. Así llevará usted una doble vida entre la ideología del sistema y la realidad de su existencia diaria. Al tratar de ajustarse a la ideología, reprime su ser; sin embargo, lo realmente verdadero no es la ideología, sino lo que usted es. Si trata de estudiarse en conformidad con las ideas de otro, siempre seguirá siendo un ser humano de segunda mano.

Un hombre que dice: “Deseo cambiar, dígame cómo”, parece muy fervoroso, muy serio, pero no lo es. Confía en que una autoridad ponga orden en sí mismo. Pero ¿acaso puede una autoridad producir orden interno? El orden que se impone desde fuera siempre engendrará desorden. Usted puede ver esta verdad intelectualmente, ¿pero puede

aplicarla en efecto de manera que su mente ya no busque proyectar ninguna autoridad: la del libro, del maestro, de la esposa o esposo, del padre, del amigo o de la sociedad? Como invariablemente hemos actuado dentro del patrón de una fórmula, la fórmula se convierte en ideología y autoridad; pero tan pronto vemos de hecho que la pregunta “cómo puedo cambiar” se constituye en una nueva autoridad, terminamos con la autoridad para siempre.

Puntualmente de nuevo claramente: Veo que yo debo cambiar por completo desde las raíces de mi ser; ello no puede depender de ninguna tradición porque la tradición ha producido esta tremenda pereza, esta aceptación y obediencia. No me es posible pedir a otro que ayude a cambiar; ni a ningún maestro, ni Dios, ni sistema, ni creencia, ninguna influencia ni presión exterior. ¿Qué ocurre entonces?

En primer lugar, ¿puedo rechazar toda autoridad? Si puedo, significa que ya no tengo temor ¿Entonces, qué ocurre? Cuando usted rechaza algo falso con lo que ha estado cargado por generaciones; cuando arroja de sí un peso de cualquier clase, ¿Qué sucede? Usted tiene más energía, ¿no es cierto? Tiene más capacidad, más empuje, mayor intensidad y vitalidad. Si no siente esto, entonces no ha arrojado, no ha descartado el peso muerto de la autoridad.

Pero cuando usted lo ha desechado, y tiene esa energía en la cual ya no hay temor en absoluto -temor de cometer un error, temor de hacer lo correcto o no- entonces, ¿no es esa energía misma la mutación? Necesitamos una tremenda cantidad de energía, y la disipamos con el temor. Pero cuando existe esa energía que surge al liberarnos de toda forma de temor, esa energía misma produce la revolución radical interna. Usted no necesita hacer nada a ese respecto.

Así, usted se ha quedado sólo consigo mismo, y ese es el verdadero estado de un hombre que se toma en serio todos estos asuntos; y como no busca ayuda de nadie ni de nada, está libre para descubrir. Y cuando hay libertad, hay energía; y cuando hay libertad no se puede hacer nada erróneo. La libertad es por completo diferente de la rebelión.

No existe eso de conducirse bien o mal cuando hay libertad. Usted es libre, y desde esa libertad, actúa. Y como consecuencia, no tiene miedo, y una mente que nada teme es capaz de gran amor. Y cuando hay amor, puede hacerse lo que se quiera.

Lo que ahora vamos a hacer, por lo tanto, es aprender acerca de nosotros mismos, no de acuerdo con lo que les diga yo o algún analista o filósofo -porque si aprendemos sobre nosotros mismos siguiendo la opinión de algún otro, sólo aprenderemos lo que nos ellos digan, pero no lo que somos- lo que haremos es aprender lo que realmente somos.

Habiendo comprendido que no podemos depender de autoridad exterior para producir una revolución total en la estructura de nuestra psiquis, nos encontramos con la dificultad aun mayor de tener que rechazar nuestra propia autoridad interna, la autoridad de nuestras pequeñas experiencias particulares y acumuladas opiniones, conocimientos, ideas e ideales. Usted tuvo una experiencia ayer que le enseñó algo, y esa enseñanza se convierte en una nueva autoridad, pero esa autoridad de ayer es tan destructiva como la autoridad de hace mil años. Para comprendernos no necesitamos autoridad, ni la de ayer ni la de hace mil años, porque somos seres vivientes, siempre moviéndonos, fluyendo, sin reposar nunca. Cuando nos miramos a nosotros mismos con la autoridad muerta del ayer, fracasamos en comprender el movimiento viviente, la belleza y la cualidad de ese movimiento.

Librarse de toda autoridad, de la suya propia y de cualquier otra es morir a todas las cosas del ayer, para que su mente esté siempre fresca, siempre joven, inocente, llena de vigor y de pasión. Sólo en ese estado es que uno puede aprender y observar. Y para eso se requiere mucha atención, verdadera atención de lo que está sucediendo en su interior, sin tratar de corregirlo, sin decirse que eso debería o no debería ser así, porque tan pronto usted lo corrige, ya ha establecido otra autoridad, un censor.

Así, ahora vamos a investigar juntos -no como una persona que explica mientras usted lee, y siente o disiente de ella conforme sigue las palabras sobre la página, sino que vamos a hacer un viaje juntos, un viaje de descubrimiento dentro de los más secretos rincones de la mente. Y para hacer tal viaje debemos ir con poco peso; no podemos ir cargando con opiniones, perjuicios y conclusiones- todo ese viejo arsenal que hemos coleccionado durante los últimos dos mil años o más. Olviden cuanto saben sobre ustedes mismos, olviden cuando alguna vez pensaron sobre ustedes mismos; vamos a partir como si nada supiéramos.

Anoche llovió mucho, y ahora los cielos empiezan a clarear; es un nuevo y fresco día. Encontrémonos con este día como si fuera el único. Empecemos nuestro viaje juntos dejando atrás todas las remembranzas del ayer. Y empecemos a comprendernos por primera vez.

CAPÍTULO II

Aprendizaje de Nosotros Mismos
- Sencillez y Humildad -
El Condicionamiento

Si usted piensa que es importante el conocimiento de sí mismo, sólo porque yo o cualquier otro se lo ha dicho, me temo que entonces toda comunicación entre nosotros ha terminado. Pero si estamos de acuerdo en que es vital que nos comprendamos a nosotros mismos completamente, entonces usted y yo tendremos una relación distinta, entonces podremos explorar juntos mediante una feliz, cuidadosa e inteligente investigación.

Yo no le pido que tenga fe en mí; no me constituyo en una autoridad. Nada tengo que enseñarle, ninguna nueva filosofía, ni nuevo sistema, ni un nuevo camino hacia la realidad, no hay camino hacia la realidad, como tampoco lo hay hacia la verdad. Toda autoridad de cualquier clase, especialmente en el campo del pensamiento y la comprensión, es la cosa peor y más destructiva. Los líderes destruyen a los seguidores, y éstos a los líderes. Usted tiene que ser su propio maestro y su propio discípulo. Usted tiene que dilucidar todas las cosas que el hombre ha aceptado como válidas, como necesarias.

Si usted no sigue a alguien, se siente muy solo. Esté solo entonces. ¿Por qué teme estar solo? Porque se enfrenta con usted mismo tal como es, y encuentra que está vacío, que es torpe, estúpido, feo, culpable e impaciente -una pequeña y mezquina entidad de segunda mano-. Enfréntese al hecho; mírelo, no huya de él. En cuanto huye, empieza el temor.

Al inquirir dentro de nosotros mismos, no estamos aislándonos del resto del mundo. No sería un proceso saludable. El hombre en todas partes se ve atrapado en los mismos problemas diarios. Por eso al examinarnos internamente no somos neuróticos en sentido alguno, ya que no hay diferencia entre el individuo y la colectividad. Esto es un hecho real. Yo he creado al mundo tal como soy. No nos perdamos, pues, en la lucha entre la parte y el todo.

Tengo que sentirme consciente del campo total de mi propio yo, que es la conciencia del individuo y de la sociedad. Cuando la mente va más allá de esta conciencia social e individual, sólo entonces puedo convertirme en una luz para mí mismo, luz que nunca se apaga.

Ahora bien, ¿por dónde empezamos a conocernos? Heme aquí ¿Y cómo he de estudiarme, observarme a mí mismo, ver lo que en realidad está ocurriendo en mí interior? Únicamente puedo observarme en mis relaciones con los demás, porque toda la vida es relación. De nada sirve sentarme en un rincón a meditar sobre mí mismo. Yo no puedo existir como un ser aparte. Existo sólo en relación con las personas, las cosas y las ideas, y al estudiar mis relaciones con las cosas y las personas fuera de mí, así como las cosas internas, empiezo a conocerme a mí mismo. Cualquiera otra forma de conocimiento es simplemente una abstracción, y no puedo estudiarme yo mismo en la abstracción. No soy una entidad abstracta; por lo tanto, tengo que estudiarme en la realidad -como **soy**, no como deseo ser-.

La comprensión no es un proceso intelectual. Adquirir conocimiento sobre usted mismo y aprender sobre usted mismo, son dos cosas diferentes, porque el conocimiento acumulado es siempre del pasado, y una mente que lleva la carga del pasado está llena de pesadumbre. Aprender sobre usted mismo no es como aprender un lenguaje, una técnica o una ciencia -es obvio que entonces usted tiene que acumular y recordar; sería absurdo empezar todo de nuevo, pero en el campo psicológico, el aprendizaje acerca de usted mismo está siempre en el presente, y el conocimiento está siempre en el pasado. Y como la mayoría de nosotros vivimos en el pasado, el conocimiento se vuelve extraordinariamente importante para nosotros. Por eso reverenciamos al erudito, al experto, al ingenioso. Pero si usted está siempre aprendiendo, aprendiendo cada minuto, aprendiendo mientras observa y escucha, aprendiendo mientras ve y actúa, entonces descubrirá que el aprender es un acto constante, sin pasado.

Si dice que irá aprendiendo gradualmente sobre usted mismo, añadiendo más y más, poco a poco, no se está estudiando ahora como es, sino a través del conocimiento adquirido. Aprender implica tener una gran sensibilidad. No hay sensibilidad si hay una idea que, perteneciendo al pasado, domina el presente. Entonces la mente deja de ser ágil, flexible, alerta. Muchos de nosotros no somos sensibles ni aun físicamente. Comemos demasiado, no nos preocupa la debida dieta, fumamos y bebemos tanto, que nuestros cuerpos se ponen toscos e insensibles. La cualidad de atención en el mismo organismo se embota. ¿Cómo puede haber una mente realmente alerta, sensible y clara, si el mismo organismo es torpe y pesado? Podemos ser sensibles a ciertas cosas que nos afectan en lo personal, pero para ser completamente sensibles a todas las implicaciones de la vida, se requiere que no haya separación entre el organismo y la psiquis. Este es un movimiento total.

Para comprender cualquier cosa, usted debe vivir con ella, debe observarla, conocer todo su contenido, su naturaleza, su estructura, su movimiento. ¿Ha tratado usted alguna vez de vivir consigo mismo? Si es así, empezará a ver que su ser no es algo estático, sino que es algo fresco y viviente. Y para subsistir con una cosa viva, su mente también debe estar viva. Y no puede estarlo, si es prisionera de opiniones, juicios y valores.

Para observar el movimiento de su propia mente y corazón, de todo su ser, su mente ha de ser libre; no debe asentir y disentir, inclinándose a un lado u otro en cualquier discusión, disputando sobre meras palabras; más bien debe escuchar con intención de comprender. Esta es cosa muy difícil porque la mayoría de nosotros no sabemos mirar o escuchar nuestro propio ser, como no sabemos mirar la belleza de un río, ni escuchar la brisa entre los árboles.

Cuando condenamos o justificamos, no podemos ver con claridad, ni tampoco cuando la mente está sin cesar parloteando; entonces no observamos lo **que es**; sólo miramos las proyecciones que hemos hecho de nosotros mismos. Cada uno de nosotros tiene una imagen de lo que pensamos que somos o que deberíamos ser, y esta imagen, este cuadro impide que nos veamos tal como somos.

Una de las cosas más difíciles en el mundo es mirar algo simplemente. Como nuestra mente es muy compleja, hemos perdido la cualidad de la sencillez. No me refiero a la sencillez en la ropa o en el alimento, a usar sólo un taparrabo o romper un récord de ayuno, o a cualquiera de esas tonterías sin madurez que los santos cultivan, pero sí a la sencillez con que se puede mirar las cosas directamente, sin temor -con que podamos mirarnos a nosotros mismos como realmente somos sin ninguna distorsión-. Es decir, si mentimos, mentimos, no cubrirlo o huir de ello.

Además, para comprendernos necesitamos una gran dosis de humildad. Si usted empieza diciendo: “Yo me conozco”, ha dejado de aprender acerca de usted mismo; o si dice: “No hay mucho que aprender sobre mí que soy solamente un manojo de recuerdos, ideas, experiencias y tradiciones”, entonces ha cesado también de aprender sobre usted mismo. Tan pronto ha logrado alguna cosa, usted pierde esa cualidad de inocencia y humildad; tan pronto llega a una conclusión, o empieza a investigar partiendo del conocimiento, usted está perdido, porque entonces está traduciendo toda cosa viviente, en término de lo viejo. Por otro lado, si no tiene una posición establecida, ni tiene certeza de nada, ni logro alguno, tendrá libertad para mirar, para actuar. Y cuando mira con libertad, todo es nuevo siempre. Un hombre que se siente seguro es un ser humano muerto.

¿Pero cómo podemos ser libres para mirar y aprender si la mente, desde que nacemos hasta que morimos, está conformada por una cultura particular dentro del estrecho patrón del “yo”? Por siglos hemos estado condicionados por la nacionalidad, la casta, la clase, la tradición, la religión, el lenguaje, la educación, la literatura, el arte, las costumbres, el convencionalismo, todo tipo de propaganda, la presión económica, el alimento que comemos, el clima en que vivimos, nuestra familia, nuestros amigos, nuestras experiencias -toda influencia en la que pueda usted pensar- y, por lo tanto, nuestras respuestas a todo problema están condicionadas.

¿Se da usted cuenta de que está condicionado? Es lo primero que debe preguntarse, no cómo librarse de su condicionamiento. Puede que usted nunca se libre de él, y si usted dice, “debo librarme de él”, puede caer en la trampa de otra forma de condicionamiento. Así, repito: ¿Se da usted cuenta de que está condicionado? ¿Sabe usted que aun cuando mira un árbol y dice “este es un roble”, o es “una higuera de Bengala”, la mención del nombre, que es conocimiento botánico, ha condicionado su mente de tal modo que la palabra se interpone entre usted y la verdadera recepción del árbol? Para llegar a estar en contacto con el árbol, usted tiene que poner sus manos sobre él, y la palabra no le ayudará a tocarlo.

¿Cómo sabe usted que está condicionado? ¿Cómo lo descubre? ¿Cómo sabe usted que tiene hambre? -no como una teoría, sino como el hecho real de tener hambre-. En la misma forma, ¿cómo descubre usted el hecho real de que está condicionado? ¿No es por su reacción a un problema, a un reto? Usted responde a cada reto de acuerdo con su condicionamiento, y siendo inadecuado su condicionamiento, reaccionará siempre inadecuadamente.

Cuando usted se da cuenta de ello, ¿no le produce este condicionamiento de raza, religión y cultura una sensación de estar preso? Tome sólo una forma de condicionamiento, la nacionalidad, vuélvase consciente de ello en forma seria y total, y vea si le satisface o se revela y, si al rebelarse, usted quiere romper con todo condicionamiento. Si está satisfecho con su estado, es evidente que no hará nada al respecto, pero si al darse cuenta de él, no está satisfecho, verá que nunca hace nada sin su condicionamiento. **¡Nunca!** Y, por lo tanto, usted siempre está viviendo en el pasado con los muertos.

Usted será capaz de ver por sí mismo cómo está condicionado, sólo cuando se halle en el conflicto de prolongar el placer o de eludir el dolor. Si todo está perfecto a su alrededor -su mujer lo ama, usted la ama, tiene una hermosa casa, hijos y mucho dinero- entonces no es consciente de su condicionamiento en absoluto. Pero cuando hay una inquietud -cuando su mujer mira a algún otro, o usted pierde su dinero, o se ve amenazado por la guerra o alguna otra pena o ansiedad- entonces sabe que está condicionado. Cuando usted lucha contra alguna clase de inquietud, o se defiende contra alguna amenaza interior o exterior, entonces sabe que está condicionado. Y como la mayoría de nosotros estamos inquietos la mayor parte del tiempo, ya sea superficial o profundamente, esa misma inquietud indica que estamos condicionados. Mientras se acaricia al animal, reacciona amablemente, pero tan pronto es contrariado, surge toda la violencia de su naturaleza.

Vivimos desorientados por la vida política, la situación económica, el horror, la brutalidad, el dolor en el mundo y dentro de nosotros, y por eso nos damos cuenta de lo terrible y mezquinamente condicionados que estamos. ¿Y qué

haremos? ¿Aceptar esa desorientación y vivir con ella como la mayoría lo hacemos? ¿Acostumbrarse a ella como nos acostumbramos a vivir con un dolor de espaldas? ¿Tolerarla?

Hay una tendencia en todos nosotros de conformarnos a las cosas, de acostumbrarnos a ellas, de culpar por esto a las circunstancias: Decimos. “Ah, si las cosas anduviesen bien yo sería diferente”, o “Denme la oportunidad y tendré éxito”, o “me siento aplastado por la injusticia de todo esto”, siempre culpando a otros por nuestra desorientación, o a nuestro ambiente, o a la situación económica.

Si nos acostumbramos a la confusión, quiere decir que nuestra mente se ha embotado, así como podemos acostumbrarnos a la belleza que nos rodea, y que ya no la notamos. Uno se torna indiferente, duro y encallecido, y la mente, más y más torpe. Si no nos acostumbramos a ello, tratamos de escapar tomando alguna droga, adhiriéndonos a algún grupo político, gritando, escribiendo, yendo a un partido de fútbol, a un templo o iglesia, o buscando cualquier otra forma de diversión.

¿Por qué motivo escapamos de los hechos reales? Tenemos miedo de morir -estoy meramente tomando esto como un ejemplo- e inventamos toda clase de teorías, esperanzas, creencias, para disfrazar la realidad de la muerte, pero el hecho sigue allí. Para comprender un hecho debemos observarlo, no huir de él. La mayoría de nosotros estamos tan temerosos de morir como de vivir. Tememos por nuestra familia, tenemos miedo a la opinión pública, a perder nuestro trabajo o nuestra seguridad, y a cientos de otras cosas. Es sencillamente que tenemos miedo, aunque no estemos temerosos de esto o aquello. Y bien, ¿por qué no nos enfrentamos a este hecho?

Usted puede enfrentarse a un hecho sólo en el presente, pero si nunca le permite estar presente, porque siempre está huyendo de él, jamás podrá afrontarlo. Y como hemos cultivado toda una red de escapes, estamos atrapados en el hábito de escapar.

Ahora bien, si usted es realmente sensible, serio, se volverá consciente no sólo de su condicionamiento, sino también de los peligros que éste acarrea, de la brutalidad y el odio que engendra. ¿Por qué, si usted ve el peligro en su condicionamiento, no actúa? ¿Acaso porque es perezoso, ya que la pereza implica falta de energía? Sin embargo, no le faltaría energía sí viera un peligro físico inmediato, como una serpiente en su camino, o un precipicio, o un fuego. ¿Por qué entonces no actúa cuando ve el peligro de su condicionamiento? Si viera el peligro del nacionalismo para su propia seguridad, ¿no actuaría?

La respuesta es que usted no lo ve. A través de su proceso intelectual de análisis, usted puede ver que el nacionalismo lleve a la autodestrucción, pero no hay contenido emocional en eso. Solamente cuando hay un contenido emocional, es que se reactiva su vitalidad.

Si usted ve el peligro de su condicionamiento meramente como un concepto intelectual, nunca hará nada al respecto. Al ver un peligro como una mera idea, hay conflicto entre la idea y la acción, y ese conflicto consume su energía. Sólo cuando ve el condicionamiento y el peligro de él **inmediatamente**, tal como vería un precipicio, usted actúa. Por lo tanto, **ver es actuar**.

La mayoría de nosotros caminamos por la vida distraídamente, reaccionando en forma irreflexiva de acuerdo con el ambiente en que hemos sido educados, y tales reacciones sólo promueven más esclavitud, más condicionamiento. Pero tan pronto usted concede atención total a su condicionamiento, verá que está libre del pasado por completo; que éste se aleja de usted en forma natural.

CAPÍTULO III

La Conciencia - La Totalidad de la Vida - El Estado de ser Consciente (*Awareness*)

Cuando usted se dé cuenta de su condicionamiento, comprenderá la totalidad de su conciencia. La conciencia es el campo total donde funciona el pensamiento y existen las relaciones. Todos los motivos, intenciones, deseos, placeres, temores, inspiraciones, anhelos, esperanzas, penas y alegrías están en este campo. Pero nosotros hemos dividido esta conciencia en activa y latente, en el nivel superior y el nivel inferior -esto es, en la superficie, todos los pensamientos, sentimientos y actividades diarias, y debajo de ellos, la llamada subconsciencia donde están las cosas con las que no estamos familiarizados y que se manifiestan ocasionalmente por medio de ciertas insinuaciones, sueños y percepciones intuitivas-.

Nos ocupamos de un pequeño rincón de la conciencia donde pasamos casi toda nuestra vida pero no sabemos cómo penetrar en la subconsciencia con todas sus motivaciones, sus temores, sus cualidades raciales y heredadas. Ahora, yo me pregunto: "¿Existe en absoluto el llamado subconsciente?" Usamos esa palabra con demasiada libertad. Hemos aceptado que tal cosa existe, y todas las frases y la jerga de los analistas y psicólogos se nos han colado en el lenguaje; pero, ¿existe tal cosa? ¿Y por qué le damos tan extraordinaria importancia? A mí me parece que es tan trivial y estúpida como la mente consciente; igual de estrecha, fanática, condicionada, impaciente y falsa como el oropel.

Pues bien, ¿es posible que se dé uno cuenta totalmente de todo el campo de la conciencia y no sólo de una parte, de un fragmento? Si usted es capaz de ser consciente de la totalidad, estará actuando siempre con atención completa, no con atención parcial. Es importante que se comprenda esto porque cuando usted se da cuenta por completo de todo el campo de su conciencia, no hay fricción. La hay sólo cuando usted divide la conciencia en diferentes niveles, pues toda ella es pensamiento, sentimiento y acción.

Vivimos fragmentados. Usted es una cosa en la oficina y otra en la casa; habla de democracia, y en su corazón es autócrata; habla de amar a su vecino, pero lo mata con la competencia; existe una parte de usted trabajando, observando, independientemente de la otra. ¿Se da usted cuenta de esta existencia fragmentaria en usted mismo? ¿Y es posible para un cerebro que ha dividido en pedazos su propio funcionamiento, su propio pensar, es posible que tal cerebro se dé cuenta de la totalidad del campo donde opera? ¿Es posible mirar la totalidad de la conciencia de manera completa, absoluta, lo cual implicaría que somos seres humanos totalmente?

Si para tratar de comprender la estructura compleja del "mí", del "yo", con toda su extraordinaria complejidad, usted va paso a paso, descubriendo capa por capa, examinando cada pensamiento, sentimiento e intención, se encontrará atrapado en el proceso analítico, que puede tomarle semanas, meses, años. Y cuando usted da entrada al tiempo en el proceso de comprenderse usted mismo, ha de tener en cuenta cada forma de distorsión, porque el yo es una entidad compleja, viva, en movimiento, que esta luchando, deseando, rechazando, bajo presiones, tensiones e influencias de toda clase, las cuales obran sobre él continuamente. Así descubrirá por usted mismo que éste no es el camino, comprenderá que sólo hay un modo de mirarse: mirarse inmediatamente, totalmente, sin contar con el tiempo. Y sólo puede ver la totalidad de usted mismo cuando la mente no está fragmentada. Lo que usted ve en la totalidad es la verdad.

Y, bien, ¿puede usted hacer esto? La mayoría de nosotros no podemos porque nunca nos acercamos al problema seriamente, nunca nos miramos en realidad a nosotros mismos. Nunca. Culpamos a otros, explicamos de alguna manera las cosas, o nos asustamos de mirarlas. Pero cuando usted se observe totalmente, pondrá toda su atención, todo su ser, todo lo que es usted, sus ojos, sus oídos, sus nervios, prestará atención en completo olvido de sí mismo, y entonces no habrá lugar para el temor ni para la contradicción, ni, por lo tanto, para el conflicto.

Atención no es lo mismo que concentración. La concentración es exclusión; la atención, que implica estar consciente -to be aware-, no excluye nada. Me parece que la mayoría de nosotros no estamos totalmente conscientes de lo que hablamos, tampoco de lo que nos rodea: los colores, las personas, las formas de los árboles, las nubes, el movimiento del agua. Tal vez es porque estamos tan interesados en nosotros mismos, en nuestros minúsculos problemas, en nuestras propias ideas, nuestros propios placeres, pretensiones y ambiciones, que no somos objetivamente conscientes. Y, sin embargo, hablamos mucho del estar consciente –awareness-. Una vez en la India, viajaba yo en automóvil, sentado al lado del chófer. Había tres caballeros detrás discutiendo acaloradamente acerca del estar consciente y por desgracia en ese momento, el chófer se distrajo y atropelló una cabra. Y los tres caballeros seguían hablando del tema sin darse cuenta en absoluto de que habían atropellado una cabra. Cuando se señaló esta falta de atención a estos señores que trataban de estar alertas, recibieron una gran sorpresa.

Y con la mayoría de nosotros pasa lo mismo. No nos damos cuenta de las cosas externas o internas. Si quiere usted comprender la belleza de un pájaro, de una mosca, o una hoja, o de una persona con todas sus complejidades, tiene que darles atención completa, que es estar consciente. Y usted sólo puede prestar atención cuando tiene interés,

lo que significa que realmente quiere comprender -entonces pone usted todo su corazón y su mente en la búsqueda-.

Este estado de ser consciente sería como vivir con una serpiente en una habitación, vigilaría cada movimiento y estaría muy, muy sensible al más ligero ruido que hiciera. Tal estado de atención es energía total; en ese estado de ser consciente la totalidad de su ser se revela en un instante.

Cuando usted se ha mirado así tan hondamente, podrá penetrar a mayor profundidad. Cuando decimos "mayor profundidad" no estamos comparando. Siempre pensamos a base de comparaciones -profundo y superficial, feliz e infeliz-. Siempre estamos midiendo, comparando. Y bien, ¿hay tal estado que se llame profundo y lo superficial en uno mismo? Cuando digo "mi mente es superficial, vacía, pequeña, estrecha, limitada", ¿cómo sé todas estas cosas? Porque he comparado mi mente con la de usted, que es más brillante, que tiene más capacidad, es más inteligente y alerta. ¿Conocería mi pequeñez sin la comparación? Cuando tengo hambre no comparo ésta con mi hambre de ayer. El hambre de ayer es una idea, un recuerdo.

Si estoy siempre comparándome con usted, luchando por ser como usted, estoy negando lo que soy y, por tanto, creando una ilusión. Cuando he comprendido que la comparación en cualquier forma lleva sólo a mayor ilusión y mayor desdicha, igual que cuando me analizo, añadiendo algo poco a poco al conocimiento de mí mismo, o me identifico con algo exterior a mí, ya sea el Estado, un salvador o una ideología -cuando comprendo que todo este proceso conduce a mayor conformidad y en consecuencia, a mayor conflicto-, cuando veo todo esto, lo pongo a un lado por completo. Entonces mi mente ya no está buscando. Es muy importante comprender esto. Entonces mi mente ya no está tanteando, preguntando, buscando. Esto no significa que mi mente esté satisfecha con las cosas tal como son, pero sí que no tiene ilusiones. Una mente así puede moverse entonces en una dimensión totalmente distinta. La dimensión donde pasamos de ordinario la vida diaria, que es dolor, placer y temor, ha condicionado la mente, ha limitado su naturaleza, y cuando el dolor, el placer y el temor han desaparecido -lo cual no significa que ya nunca habrá gozo, que es algo del todo diferente del placer- entonces la mente actúa en una dimensión distinta donde no hay conflicto, ni sentido de separación de los otros.

Sólo hasta aquí podemos llegar verbalmente; lo que está más allá no se puede poner en palabras, porque la palabra no es la cosa. Hasta ahora, podemos describir, explicar, pero ni las palabras ni las explicaciones pueden abrir la puerta. Sólo abrirán la puerta el estar consciente y la atención diaria (darnos cuenta de cómo hablamos, qué decimos, cómo caminamos, qué pensamos. Es como limpiar una habitación y mantenerla en orden. Conservarla en orden es importante en un sentido, pero no tiene importancia alguna en otro. Ha de haber orden en la habitación, pero el orden no abrirá la puerta o la ventana. Lo que abrirá la puerta no es su voluntad ni su deseo. No hay posibilidad de que usted pueda invitar a "lo otro". Todo lo que puede hacer es conservar la habitación en orden, lo que es una virtud por sí misma, no por lo que ello produzca. Será usted sano, racional, ordenado. Entonces, tal vez, si tiene suerte, la ventana se abrirá y la brisa entrará. O puede que no entre. Depende del estado de su mente. Y ese estado mental sólo puede ser comprendido por usted mismo observándolo sin tratar nunca de moldearlo, de tomar partido, de oponerse, de estar o no de acuerdo, de justificar, de condenar, de juzgar, esto es, observarlo sin ninguna elección. Y si se da cuenta sin elección alguna, quizá la puerta se abra y usted sabrá qué es esa dimensión en que no existe el conflicto ni el tiempo.

CAPÍTULO IV

La Persecución del Placer - El Deseo - La Perversión por el Pensamiento - La Memoria - El Gozo

Dijimos en el capitulo anterior que el gozo era algo enteramente distinto del placer; por tanto, descubramos lo que éste implica y si es del todo posible vivir en un mundo donde no haya placer, sino un tremendo sentido de gozo, de bienaventuranza.

Todos estamos empeñados en la persecución del placer, en una u otra forma -intelectual, sensorial o cultural: el placer de reformar, de indicar a otros lo que deben hacer, de aminorar los males de la sociedad, de hacer el bien- el placer de obtener mayor conocimiento, mayor satisfacción física, mayor experiencia, mayor comprensión de la vida -todas las ingeniosas y sagaces cosas de la mente- y último placer que es, por supuesto, alcanzar a Dios.

El placer es la estructura de la sociedad. Desde la niñez hasta la muerte estamos secretamente, astutamente y obviamente persiguiendo el placer. Así, cualquiera que sea nuestra forma de placer, creo que deberíamos tenerlo muy claro, porque es lo que está guiando y conformando nuestras vidas. Es, pues, importante para cada uno de nosotros investigar cuidadosamente, con sutileza y tanteos esta cuestión del placer, ya que el buscarlo, y luego nutrirlo y sostenerlo, es básica urgencia de la vida, y sin la cual la existencia se torna torpe, estúpida, solitaria y sin sentido.

Usted puede preguntarse: "¿Por qué entonces no es el placer lo que debiera guiar la vida?" Por la sencilla razón de que el placer ha de causar dolor, frustración, pesar y temor, y como resultado del temor, violencia. Si usted quiere vivir de ese modo, viva de ese modo. De todas maneras, casi todo el mundo así lo hace, pero si usted quiere verse libre del dolor, tiene que comprender la estructura total del placer.

Comprender el placer no es negarlo. No estamos condenándolo, ni diciendo que es bueno o malo. Pero si lo perseguimos, hagámoslo con los ojos abiertos, conscientes de que buscando siempre el placer, inevitablemente encontraremos su sombra: el dolor. No podremos separarnos, aunque al correr tras el placer, tratemos de evitar el dolor.

Ahora bien, ¿por qué está la mente exigiendo siempre placer? ¿Por qué hacemos cosas nobles e innobles guiados por la corriente oculta del placer? ¿Por qué nos sacrificamos y sufrimos en la delgada hebra del placer? ¿Qué es el placer y cómo surge? Desearía saber si algunos de ustedes se han hecho estas preguntas, y han seguido las respuestas hasta el mismo final.

El placer se produce en cuatro etapas -percepción, sensación, contacto y deseo-. Yo veo, digamos, un hermoso automóvil: enseguida tengo una sensación, una reacción por haberlo mirado; luego lo toco o imagino que lo toco, entonces viene el deseo de poseerlo y de exhibirme en él. O bien veo una hermosa nube, una clara montaña contra el cielo, o una hoja que apenas a brotado en primavera, o un profundo valle, lleno de encanto y esplendor, o una gloriosa puesta de sol, o un rostro hermoso, vivo e inteligente, que es bello por no ser consciente de ello. Miro esas cosas con intenso deleite y mientras las observo no existe el observador sino pura belleza como el amor. Por un momento el yo está ausente con todos sus problemas, ansiedades y desdichas; sólo queda esa cosa maravillosa. La puedo mirar con gozo y al siguiente momento olvidarlo, o bien la mente se detiene ahí, y el problema empieza. Mi mente piensa en lo que ha visto, y cuán hermoso era: me digo a mí mismo que me gustaría verlo de nuevo muchas veces. El pensamiento empieza a comparar, a juzgar y dice: "Debo volver a disfrutarlo mañana". De ese modo mantiene la continuidad de la experiencia que nos ha deleitado por un segundo.

Sucede lo mismo con el deseo sexual o con cualquiera otra forma de deseo. No hay nada malo en el deseo. Reaccionar a él es perfectamente normal. Si usted me pincha con un alfiler, yo reaccionaré, a menos que esté paralizado. Pero entonces interviene el pensamiento y comienza a rumiar el deleite convirtiéndolo en placer. El pensamiento quiere repetir la experiencia, y mientras la repite, más mecánica se vuelve; mientras más usted piense en ello, más pujanza le da el pensamiento al placer. Así el pensamiento crea y alimenta el placer por medio del deseo, y le da continuidad. De este modo, el pensamiento pervierte la reacción natural del deseo ante cualquier cosa bella. El pensamiento se convierte en memoria, y la memoria a su vez se nutre pensando lo mismo una y otra vez.

Por supuesto, la memoria tiene su lugar a cierto nivel. En la vida diaria no podríamos actuar sin ella. En su propio campo debe ser eficiente, pero existe un estado mental donde tiene muy poco sitio. Una mente que no está deformada por la memoria tiene verdadera libertad.

¿Ha notado alguna vez que cuando responde a algo totalmente, con todo su corazón, usa muy poco la memoria? Sólo cuando no responde a un reto con todo su ser hay conflicto, lucha, lo que produce confusión y también dolor o placer. Y la lucha genera memoria. Ésta se suma continuamente a otras, y son esas memorias las que responden. Todo aquello que sea resultado de la memoria es viejo y, por lo tanto, nunca puede ser libre. No existe la libertad de pensamiento. Eso es pura tontería.

El pensamiento nunca es nuevo, porque es la respuesta de la memoria, de la experiencia, del conocimiento. El

pensamiento, por ser del pasado, envejece esa cosa que usted ha mirado con deleite y ha sentido tremendamente por un instante. De lo viejo deriva usted el placer, nunca de lo nuevo. No existe el tiempo en lo nuevo.

Por lo tanto, si usted puede mirar todas las cosas, sin permitir que el placer intervenga -un rostro, un pájaro, el color de un sari, la belleza de una superficie de agua titilando al sol, o cualquier cosa que produzca deleite- si usted lo mira sin desear repetir la experiencia, entonces no habrá dolor, ni temor, sino, en cambio, una tremenda alegría.

La lucha por repetir y perpetuar el placer lo convierte en dolor. Obsérvelo en usted mismo. La misma urgencia por repetir el placer produce dolor porque ya no es lo que fue ayer. Usted se esfuerza por alcanzar ese goce nuevamente, no sólo para su sentido estético, sino para la misma cualidad interna de la mente, y usted se siente herido y decepcionado por que está impedido de hacerlo.

¿Ha observado usted lo que ocurre cuando se le niega un pequeño placer? Cuando no consigue lo que quiere, se torna ansioso, envidioso, odioso. ¿Ha visto usted cuando se le ha negado el placer de beber, de fumar, del sexo o de lo que sea, ha notado cuántas batallas tiene que sostener? Y todo esto es una forma del temor, ¿no es verdad? Usted teme no conseguir lo que quiere, o perder lo que tiene. Cuando alguna creencia o ideología particular que ha sostenido por años es sacudida o arrebatada por la lógica o la vida, ¿no teme usted quedarse solo? Esa creencia le ha dado satisfacción y placer durante años y cuando se la quitan usted se queda desamparado, vacío y el temor permanece hasta que encuentra otra forma de placer, otra creencia.

Esto me parece muy sencillo, y por ser tan sencillo, rehusamos ver su simplicidad. Nos gusta complicarlo todo. Cuando su esposa lo abandona, ¿no está usted celoso? ¿No está usted enojado? ¿No odia al hombre que la ha atraído? ¿Y qué es todo esto, sino temor de perder algo que le ha dado mucho placer, compañía, cierta clase de seguridad y el gozo de la posesión?

Si usted comprende, pues, que cuando se busca el placer tiene que haber dolor, viva de esa manera si así lo quiere, pero no caiga en ello por ignorancia. Sin embargo, si quiere dar fin al placer, acabando así con el dolor, debe estar totalmente atento a toda la estructura del placer, no extirparlo como hacen los monjes y sannyasis, que nunca miran una mujer porque piensan que es un pecado y, por lo tanto, destruyen la vitalidad de su comprensión, sino ver todo el sentido y significado del placer. Entonces disfrutará de gran alegría en la vida. Usted no puede pensar en la alegría. La alegría es una cosa inmediata y cuando piensa en ella, la convierte en placer. Vivir en el presente es la percepción instantánea de la belleza y de su gran deleite sin derivar placer de ella.

CAPÍTULO V

El Interés por Uno Mismo - El Ansia de Posición - Los Temores y el Temor Total - La Fragmentación del Pensamiento - El Fin del Temor

Antes de proseguir, me gustaría preguntarle: ¿Cual es su interés fundamental y perdurable en la vida? Poniendo a un lado las contestaciones ambiguas, y enfrentándose a esa pregunta directa y honradamente, ¿Cuál seria su contestación? ¿La sabe usted? ¿No es acaso usted mismo? De todas maneras, esto es lo que la mayoría de nosotros diríamos si contestáramos con honradez. Estoy interesado en mi progreso, en mi trabajo, en mi familia, en el pequeño rincón donde vivo, en conseguir una mejor posición, más prestigio, más poder, más dominio sobre los otros, etc., etc. Pienso que sería lógico, ¿No es verdad?, admitir para nosotros mismos que ése es el principal interés de la mayoría -"yo" primero-.

Algunos de nosotros diríamos que no es correcto interesarnos principalmente por nosotros mismos. Pero ¿qué es lo incorrecto en ello, excepto que rara vez lo admitimos con decoro y honradez? Si lo hacemos, nos sentimos más bien avergonzados. Así es, pues uno está fundamentalmente interesado en uno mismo, y por varias razones ideológicas o tradicionales piensa que es incorrecto. Pero lo que uno **piensa** no viene al caso. ¿Por qué introducir el factor de considerarlo equivocado? Eso es una idea, un concepto. El **hecho** es que uno está interesado en uno mismo de manera fundamental y perdurable.

Puede usted decir que es más satisfactorio ayudar a otro que pensar en usted mismo. ¿Cuál es la diferencia? Sigue siendo interés en sí mismo. Si a usted le da mayor satisfacción ayudar a otros, está interesado en lo que le produce mayor satisfacción. ¿Por qué introducir en ello un concepto ideológico? ¿Por qué ese doble modo de pensar? ¿Por qué no decir: "Lo que yo realmente quiero es satisfacción, sea en el sexo, sea en ayudar a otros, o en llegar a ser un gran santo, un científico o un político"? Es el mismo proceso, ¿no es cierto? satisfacción en todas las formas sutiles o evidentes, es lo que deseamos. Cuando decimos que queremos libertad, la queremos porque pensamos que debe satisfacernos extraordinariamente y, desde luego, la mayor satisfacción es esta idea peculiar de la autorealización. Lo que buscamos realmente es una satisfacción donde no haya ninguna insatisfacción.

La mayoría de nosotros ansiamos la satisfacción de tener una posición en sociedad porque tememos ser un don nadie. La sociedad está estructurada de tal modo que un ciudadano que ocupa un lugar respetable es tratado con gran cortesía, mientras que un hombre sin posición es maltratado. Todos en el mundo quieren una posición, ya sea en sociedad, en la familia, o sentarse a la diestra de Dios, y esta posición, desde luego debe ser reconocida por los otros: de lo contrario, no es posición en absoluto. Hemos de ocupar siempre un sitio en el estrado. En nuestro interior somos remolinos de infortunios y maldades y, por tanto, nos complace que externamente nos juzguen como personajes importantes. Este anhelo de posición, de prestigio, de poder, para sobresalir de algún modo en la sociedad, es un deseo de dominar a otros, y este deseo de dominar es un forma de agresión. El santo que busca una posición con respecto a su santidad es tan agresivo como el pollo que picotea en el corral. Y, ¿cuál es la causa de esta agresividad? Es el temor, ¿no es cierto?

El Temor es uno de los mayores problemas en la vida. Una mente que está atrapada por el temor vive en confusión, en conflicto y, por lo tanto, tiene que estar violenta, distorsionada y agresiva. No se atreve a desviarse de sus propios patrones de pensamiento, lo que engendra hipocresía. Hasta que no nos libremos del temor, permaneceremos siempre en la oscuridad, aunque subamos a las más altas montañas e inventemos toda clase de dioses.

Como vivimos en una sociedad tan corrompida y estúpida, donde recibimos una educación caracterizada por la competencia, que engendra el miedo, estamos todos agobiados por temores de alguna especie. Y el temor es algo espantoso, que deforma, tuerce y oscurece nuestros días.

Existe el miedo físico, pero este es un instinto que hemos heredado de los animales. Son los temores psicológicos los que aquí nos interesan, porque cuando comprendamos las profundas raíces de los temores psicológicos, seremos capaces de enfrentarnos a los temores animales. Por el contrario, si nos ocupamos de los temores animales primero, esto nunca nos ayudará a comprender los psicológicos.

Todos estamos temerosos **de** algo; no hay temores abstractos, existen siempre en relación **con** algo. ¿Conoce usted sus propios temores? Temor de perder el trabajo, de no tener suficientes alimentos o dinero, o de lo que los vecinos o el público piensen de usted, o de no tener éxito, de perder su posición en sociedad, de ser despreciado o ridiculizado; temor al dolor y a las enfermedades, a ser dominado, a no saber nunca qué es el amor, o a no ser amado, a perder la esposa o a los hijos; temor a la muerte, a vivir en un mundo que es como la muerte, de completo aburrimiento, de no vivir según la imagen que los otros han fabricado de usted, de perder su fe -todos estos y otros innumerables temores-. ¿Conoce usted sus propios temores particulares? Y ¿qué hace usted con ellos generalmente?

Usted huye de ellos, ¿no es verdad?, ¿o bien inventa ideas o imágenes para ocultarlos? Pero huir del temor es sólo acrecentarlo.

Una de las causas mayores del temor es que no queremos enfrentarnos a nosotros tal como somos. Por lo tanto tenemos que examinar tanto los temores mismos como la red de escapes que hemos desarrollado para librarnos de ellos. Si la mente, en la cual está incluido el cerebro trata de vencer el temor, de reprimirlo, disciplinarlo, controlarlo, traducirlo en términos de algo más, habrá fricción, habrá conflicto, y el conflicto implica pérdida energía.

Entonces, hemos de preguntarnos en primer lugar: ¿Qué **es** el temor y cómo surge? ¿Qué queremos decir con la misma palabra temor? Me estoy preguntando qué es el temor, no a qué cosa le tengo miedo.

Me inclino a cierta clase de vida; pienso de acuerdo con determinado patrón; sigo ciertas creencias y dogmas, y no quiero que esos patrones de existencia sean perturbados porque en ellos tengo mis raíces. No quiero que sean perturbados porque la perturbación produce un estado de ignorancia, y eso me desagrada. Si se me arranca todo lo que conozco y aquello en que creo, quiero tener una certeza razonable del estado de cosas al cual me dirijo. Es que las células del cerebro han creado un patrón, y esas células rehusan crear otro patrón que puede ser incierto. El movimiento de la certeza a la incertidumbre es lo que yo llamo temor.

En este momento, mientras estoy sentado aquí, no tengo miedo; no tengo miedo en el presente, nada me está ocurriendo, nadie me amenaza ni me está quitando nada. Pero más allá del momento actual, hay una capa más profunda en la mente que, consciente o inconscientemente, piensa en lo que pudiera ocurrir en el futuro, o se preocupa de que algo del pasado pudiera sorprenderme. Así, estoy temeroso del pasado y del futuro. He dividido el tiempo en pasado y futuro. El pensamiento interviene y dice: “Ten cuidado de que no te vuelva a ocurrir, o prepárate para el futuro. El futuro puede serte peligroso. Tienes algo ahora, pero puedes perderlo. Puedes morir mañana; tu esposa podría abandonarte, quizás pierdas tu trabajo. Puede que nunca seas famoso. Es posible que te quedes solo. Necesitas estar bien seguro del mañana”.

Ahora tome usted su forma particular de temor. Mírelo. Observe sus reacciones. ¿Puede mirarlo sin ninguna reacción para escapar de él, justificarlo, condenarlo o reprimirlo? ¿Puede usted mirar ese temor sin la palabra que lo causa? ¿Puede usted mirar a la muerte, por ejemplo, sin la palabra que hace surgir el temor de la muerte? ¿No es cierto que la palabra misma produce una vibración, así como la palabra amor tiene su propia vibración, su propia imagen? Y bien, ¿no es la imagen que su mente tiene de la muerte, el recuerdo de las muchas muertes que ha visto, y cómo asocia con usted mismo esos incidentes; no es esa imagen la que crea el temor? ¿O está usted realmente temeroso de morir, no de la imagen que ha creado del morir? ¿Es la palabra muerte la que causa su temor o el hecho real? Si es la palabra o el recuerdo de lo que causa su temor, entonces no hay temor en realidad.

Digamos que usted estuvo enfermo hace dos años y el recuerdo del dolor, de la enfermedad persiste. Entonces la memoria actúa ahora y dice: “Ten cuidado, no te vuelvas a enfermar de nuevo”. De ese modo la memoria con sus asociaciones está creando temor, temor que no existe en absoluto porque en realidad ahora usted tiene buena salud. El pensamiento, que siempre es viejo porque es la respuesta de la memoria y ésta es siempre vieja (el pensamiento crea en el tiempo la sensación de que usted tiene miedo, lo cual no es un hecho real). El hecho real es que usted está bien. Pero la experiencia que ha perdurado en la mente como un recuerdo, despierta esta idea: “Ten cuidado, no te enfermes de nuevo”.

Así pues, vemos que el pensamiento engendra una clase de temor. Pero fuera de ello ¿hay miedo en efecto? ¿Es el temor siempre resultado del pensamiento, y si lo es, hay alguna otra forma de temor? Tememos a la muerte -esto es, a algo que va a ocurrir mañana, pasado mañana, con el tiempo-. Hay una distancia entre lo que es y lo que será. Ahora el pensamiento ha tenido esta experiencia, ha observado la muerte y dice: “Voy a morir”. El pensamiento crea el temor a la muerte, y sino lo hace, ¿hay en realidad algún temor?

¿Es el temor resultado del Pensamiento? Si lo es, como el pensamiento es invariablemente viejo, también el temor es siempre viejo. Como hemos dicho, no hay pensamiento nuevo. Una vez se reconoce ya es viejo. Lo que tenemos, es la repetición de lo viejo -el pensamiento de lo que **ha sido**, proyectándose en el futuro-. Por lo tanto, el pensamiento es responsable de que haya miedo. Eso es así, usted puede verlo por usted mismo. Cuando usted se confronta con algo inmediatamente, no hay temor. Sólo cuando el pensamiento interviene, surge el temor.

Por lo tanto, ésta es nuestra pregunta ahora: ¿Es posible vivir completamente, totalmente en el presente? Sólo así la mente no tendrá temor. Pero para comprender esto tiene usted que comprender la estructura del pensamiento, la memoria y el tiempo. Y al comprenderlo, no intelectualmente, verbalmente, sino de hecho, con su corazón, su mente, sus entrañas, estará libre del miedo. Entonces la mente puede pensar sin crear el temor.

El pensamiento, como la memoria, es, por su puesto, necesario para el vivir cotidiano. Es el único instrumento que tenemos para la comunicación, para los trabajos que desempeñamos, etc. El pensamiento es la respuesta de la memoria, memoria que se ha acumulado a través de la experiencia, el conocimiento, la tradición, el tiempo. Y desde este trasfondo de la memoria, reaccionamos, siendo la reacción el pensamiento. Así, pues, el pensamiento es esencial en ciertos niveles, pero cuando se proyecta psicológicamente en el futuro y en el pasado, creando temor tanto como placer, la mente se embota y la inacción es inevitable.

Luego, yo me pregunto: “¿Por qué, por qué, por qué pienso yo acerca del futuro y del pasado en términos de

placer y dolor, sabiendo que tal pensamiento crea el miedo? ¿No es posible que el pensar se detenga psicológicamente, ya que de otro modo el temor nunca termina?"

Una de las funciones del pensamiento es estar ocupado siempre en algo. La mayoría de nosotros queremos tener nuestras mentes continuamente ocupadas para evitar el vernos tal como somos. Tenemos miedo de sentirnos vacíos. Tenemos miedo de observar nuestros temores.

Conscientemente puede que usted se dé cuenta de sus temores, pero en los profundos niveles de su mente, ¿se da usted cuenta de ellos? Y, ¿cómo va usted a descubrir los temores secretos, los que están ocultos? ¿Puede el miedo ser dividido en consciente y subconsciente? Esta es una pregunta muy importante. El especialista, el psicólogo, el analista han deslindado el temor en capas profundas y superficiales, pero si usted sigue lo que dicen los psicólogos o lo que yo digo, estará entendiendo nuestras teorías, nuestros dogmas, nuestro saber; pero no estará comprendiéndose a sí mismo. Usted no puede conocerse siguiéndome a mí, a Freud, o a Jung. Las teorías de otras personas no tienen ninguna importancia. Es **usted mismo** quien debe hacerse la pregunta. ¿Se divide el temor en consciente y subconsciente? ¿O existe sólo el temor, que usted traduce en distintas formas? Hay solamente un deseo; únicamente hay deseo: su deseo. Usted desea. Los objetos del deseo cambian, pero el deseo es siempre el mismo. De igual modo, quizás sólo hay temor. Usted tiene miedo a todo género de cosas, pero hay un temor solamente.

Cuando usted se dé cuenta de que el temor no puede ser dividido, pondrá del todo a un lado este problema del subconsciente, y así habrá burlado a los psicólogos y analistas. Cuando usted comprende que el temor es un simple movimiento que se manifiesta de diferentes modos, y cuando usted ve el movimiento y no el objeto al cual ese movimiento se dirige, entonces se está enfrentando a su inmenso problema: cómo poder verlo sin la fragmentación que la mente ha cultivado.

Sólo hay un temor total, pero, ¿cómo puede la mente que piensa fragmentariamente observar este cuadro completo? ¿Es que puede hacerlo? Vivimos una vida fragmentada, y sólo podemos ver ese temor total a través del proceso fragmentario del pensamiento. El proceso completo de la maquinaria del pensar consiste en romper todas las cosas en fragmentos: Yo lo amo a usted o lo odio; usted es mi enemigo, usted es mi amigo; mis peculiares idiosincrasias e inclinaciones, mi trabajo, mi posición, mi prestigio, mi esposa, mi hijo, mi país y su país, mi Dios y su Dios -todo es fragmentación del pensar-. Así el pensamiento mira el estado total del temor o trata de verlo, y lo reduce a fragmentos. Por lo tanto, vemos que la mente puede mirar este temor como una totalidad, sólo cuando cesa la acción del pensamiento.

¿Puede usted observar el temor sin ninguna conclusión, sin ninguna interferencia del conocimiento que ha acumulado acerca de él? Si no puede, entonces lo que observa es el pasado, no el temor; y si puede, entonces estará observando el temor por primera vez sin la interferencia del pasado.

Usted puede observar sólo cuando la mente está muy quieta, así como sólo puede escuchar lo que alguien está diciendo si su mente no esta dialogando consigo misma en torno a sus propios problemas y ansiedades. ¿Puede usted en la misma forma mirar su temor sin tratar de analizarlo, sin atraer su opuesto: el valor? ¿Realmente mirarlo y no intentar huir? Cuando usted dice: "debo controlarlo, debo deshacerme de él, debo comprenderlo", usted está tratando de escapar.

Usted puede observar una nube, un árbol, o el movimiento de un río con una mente bastante serena, porque eso no es muy importante para usted; pero observarse a sí mismo es mucho más difícil, porque ahí las exigencias son tan reales, las reacciones tan vivas. Por eso cuando usted está directamente en contacto con el temor o la desesperación, la soledad o los celos, o cualquier otro estado desagradable, ¿Puede usted mirarlo de manera tan completa, que su mente esté lo suficientemente serena para poder verlo?

¿Puede la mente percibir el temor y no las diferentes formas del temor -percibir el temor como una totalidad, y no el objeto al cual usted teme?- Si usted simplemente mira los detalles del temor o trata de bregar con sus temores uno por uno, nunca llegará al problema esencial, que es aprender a vivir con el temor.

Vivir con algo vital como es el temor, requiere una mente y un corazón que sean extraordinariamente sutiles, que no lleguen a conclusiones, y que puedan, por lo tanto, seguir cada movimiento del temor. Entonces si usted lo observa y vive con él y esto no forma un día entero, quizá un minuto o un segundo para conocer la naturaleza total del miedo si usted vive con él completamente, es inevitable que se preguntará: "¿Quién es la entidad que vive con el temor? ¿Quién es el que está observando todos los movimientos de las distintas formas de temor y a la vez dándose cuenta del hecho esencial del temor? ¿Es el observador una entidad muerta, un ser estático, que ha acumulado cierta cantidad de conocimiento e información acerca de sí mismo, y es esa cosa muerta la que está observando el movimiento del temor y viviendo con él? ¿Es el observador el pasado, o es una cosa vital?" ¿Cuál es su respuesta? No me conteste, contéstese usted mismo. ¿Es usted, el observador, una entidad muerta que observa una cosa viva, o es usted una cosa viva que observa otra cosa viva? Porque en el observador existen los dos estados de observación.

El observador es el censor que no desea tener miedo; el observador es la totalidad de todas sus experiencias sobre el miedo. Por lo tanto, el observador está separado de esa cosa que él llama temor; hay un espacio entre ambos;

él siempre está tratando de vencerlo o de escapar, y de ahí esta batalla constante con el temor -esa batalla que implica tanta pérdida de energía-.

Mientras usted observa, usted aprende que el observador es meramente un manojo de ideas y recuerdos sin ninguna validez o sustancia, pero que el temor es una realidad, y que usted está tratando de comprender un hecho con una abstracción. Esto, por supuesto, no lo puede hacer. Pero en realidad, ¿es el observador que dice: "yo tengo miedo", algo diferente de la cosa observada que es el miedo? El observador **es** el temor, y cuando llega a comprender esto, ya no disipa sus energías en el esfuerzo por desembarazarse del temor, y el intervalo de espacio-tiempo entre él y lo observado, desaparece. Cuando usted ve que forma parte del temor, que no está separado de él -que **usted es** el temor- entonces no puede hacer nada con él; entonces el temor desaparece totalmente.

CAPÍTULO VI

La Violencia La Cólera Justificación y Condenación
El Ideal y la Realidad

EL TEMOR, el PLACER, el DOLOR, el pensamiento y la violencia están todos relacionados entre sí. Muchos de nosotros encontramos placer en la aversión por alguien, en el odio a una raza o grupo particular de gentes, en el antagonismo hacia otros. Pero cuando toda violencia ha terminado, existe un estado mental de gozo que es muy diferente del placer de la violencia con sus conflictos, odios y temores.

¿Podremos ir hasta la misma raíz de la violencia y librarnos de ella? De otra manera viviremos eternamente en lucha unos contra otros. Si así es como le gusta a usted vivir y aparentemente es lo que quiere la mayoría continúe de esa manera. Si usted dice: "Bien, lo siento, pero la violencia nunca podrá terminar", entonces usted y yo no podemos comunicarnos, se ha bloqueado usted mismo. Pero si dice que pudiera haber una manera diferente de vivir, entonces seremos capaces de comunicarnos usted y yo.

Así, pues, consideremos juntos, aquellos que podemos comunicarnos, si es de algún modo posible terminar totalmente con toda forma de violencia en nosotros mismos, y seguir viviendo en este mundo monstruosamente brutal. Creo que es posible. Yo no quiero tener ni un aliento de odio, celos, ansiedad o temor dentro de mí. Quiero vivir completamente en paz; lo que no significa que quiero morir. Quiero vivir en esta tierra maravillosa, tan abundante, tan rica, tan hermosa. Quiero mirar los árboles, las flores, los ríos, las colinas, las mujeres, los niños, las niñas, y al mismo tiempo vivir completamente en paz conmigo mismo y con el mundo. ¿Qué puedo hacer?

Si sabemos mirar la violencia, no sólo exteriormente en la sociedad -las guerras, los motines, los antagonismos nacionales y conflictos de clases- sino también en nosotros mismos, entonces tal vez seremos capaces de transcenderla.

He aquí un problema muy complejo. Por siglos y siglos el hombre ha sido violento; las religiones en todas partes han tratado de domarlo, pero ninguna de ellas ha tenido éxito. De modo que si vamos a examinar la cuestión, me parece que debemos por lo menos ver este asunto muy seriamente porque nos llevará a un terreno por completo distinto. Pero si queremos meramente jugar con el problema como entretenimiento intelectual, no llegaremos muy lejos.

Tal vez usted sienta que su actitud es muy seria frente a este problema, pero como muchas personas en el mundo no lo ven con seriedad ni están preparadas para hacer nada con él, ¿de qué sirve hacer algo? A mí no me importa si los demás lo toman en serio o no. Yo lo tomo en serio, y es bastante. Yo no soy el guardián de mi hermano. Yo mismo, como ser humano, siento vehementemente este problema de la violencia y velaré por no ser violento internamente, pero no puedo decirle a usted ni ha ningún otro: "no sea violento". No tendría sentido -a menos que lo quiera usted mismo-. Entonces si usted quiere de veras comprender este problema de la violencia, continuemos juntos nuestro viaje de exploración.

Este problema de la violencia, ¿está allí o aquí? ¿Quiere usted resolver el problema en el mundo exterior, o está usted investigando la violencia misma tal como se manifiesta en usted? Si en usted no hay violencia, surge la pregunta: "¿Cómo podré vivir en un mundo lleno de violencia, de deseo adquisitivo, de codicia, envidia, brutalidad? ¿No seré destruido?" Esta es la inevitable pregunta que uno invariablemente se hace. Si formula esa pregunta, me parece que en realidad usted no esta viviendo pacíficamente. Si usted viviera pacíficamente, no tendría problema. Usted puede ser enviado a prisión porque rehusa ingresar en el ejército, o puede recibir un balazo porque rehusa pelear pero ése no es un problema: usted será abatido. Es de extraordinaria importancia que esto se comprenda.

Estamos tratando de comprender la violencia como un hecho, no como una idea, como un hecho que existe en el ser humano, y el ser humano soy yo. Y para penetrar en el problema debo ser **completamente** vulnerable, estar abierto a él. Debo desenmascararme a mí mismo, no necesariamente desenmascararme ante usted, porque usted puede no estar interesado -pero yo debo mantenerme en un estado mental que requiera ver esto justamente hasta el fin, sin detenerme en ningún punto para decir: "no iré más adelante".

Primero debe ser obvio para mí que soy un ser humano violento. He experimentado la violencia en la cólera, violencia en mis apetitos sexuales, violencia en el odio, creando así enemistad, violencia en los celos, etc. Yo la he experimentado, la he conocido, y me digo a mí mismo: "Quiero comprender este problema en su totalidad, no meramente un fragmento, el que se manifiesta en la guerra, sino esta agresión en el hombre, que también existe en los animales, de los cuales yo formo parte".

La violencia no consiste simplemente en matar a otro. Hay violencia cuando usamos una palabra dura, cuando hacemos un gesto para echar a un lado a una persona, cuando obedecemos por miedo. De modo que la violencia no es sólo la matanza organizada en el nombre de Dios, de la sociedad o de la patria. La violencia es mucho más sutil, más honda. Y nosotros estamos investigando las verdaderas profundidades de la violencia.

Cuando usted se señala a sí mismo como hindú, musulmán, cristiano o europeo, u otra cosa, está actuando violentamente. ¿Sabe por qué eso es violento? Porque se está separando de la humanidad restante. Cuando usted se

aparta de otros por motivos de nacionalidad, creencia, o tradición, surge la violencia. Por eso un hombre que intenta comprender la violencia no pertenece a ningún país, a ninguna religión, a ningún partido político o sistema especial. Está interesado en la comprensión total de la humanidad.

Ahora bien, hay dos escuelas principales de pensamiento con relación a la violencia, una que dice: "La violencia es innata en el hombre", y la otra que dice: "La violencia es el resultado del patrimonio social y cultural en que vive el hombre". A nosotros no nos interesa a cuál escuela pertenecemos -eso no tiene importancia-. Lo que sí es importante es el **hecho** de que somos violentos, no la razón de serlo.

Una de las manifestaciones más comunes de violencia es la cólera. Cuando mi esposa o hermana son atacadas, yo digo que mi cólera es justa; cuando alguien ataca mi país, mis ideas, mis principios, mi manera de vivir, tengo razón en estar enfurecido. También me enojo cuando se atacan mis costumbres o mis pequeñas y mezquinas opiniones. Cuando usted me pisotea o me insulta, me encolerizo, o si huye con mi mujer y estoy celoso, ese celo se considera justo porque ella es mi propiedad. Y toda esta cólera está moralmente justificada. Pero también se estima justo que mate por mi patria. Así, cuando hablamos de la cólera, que es parte de la violencia, ¿vemos la cólera en términos de justa e injusta de acuerdo con nuestras propias inclinaciones y motivaciones ambientales, o la vemos sólo como cólera? ¿Existe una cólera justa? ¿O existe solamente cólera? No hay buena o mala influencia, sólo hay influencia, pero cuando algo que no me conviene influye en mí, digo que es mala influencia.

Tan pronto usted protege a su familia, su país, o un jirón de tela de colores llamado bandera, una creencia, una idea, un dogma, la cosa que usted exige o posee, esa misma protección indica cólera. Así, ¿puede usted mirar la cólera sin ninguna explicación ni justificación, sin decir, "debo proteger mis bienes" o "estaba en lo cierto al enojarme", o "qué estúpido soy en estar encolerizado"? ¿Puede usted mirar la cólera como si fuera algo en sí misma? ¿Puede usted mirarla objetivamente por completo, es decir, sin defenderla ni condenarla? ¿Puede usted hacerlo?

Si yo sintiera antagonismo por usted o pensara que es una persona maravillosa, ¿podría mirarlo de la misma manera? Sólo podré verlo, cuando lo miro con cierto interés en el que no está involucrada ninguna de estas cosas. Ahora bien, ¿puedo mirar la cólera en la misma forma; lo cual significa que soy vulnerable al problema, que no le hago resistencia, que estoy observando ese extraordinario fenómeno sin reaccionar de modo alguno?

Es muy difícil mirar la cólera desapasionadamente porque ella es parte de mí; por eso estoy tratando de mirarla. Heme aquí un ser humano violento, ya sea negro, moreno, blanco o rojo. No estoy interesado en saber si he heredado esta violencia o si la sociedad la ha producido en mí; todo lo que interesa es saber si será posible librarme de ella. Estar libre de la violencia significa todo para mí. Es más importante para mí que el sexo, la comida la posición, porque me está corrompiendo. Me está destruyendo y destruyendo el mundo, y quiero comprenderla. Quiero transcenderla. Me siento responsable de toda la cólera y la violencia en el mundo. Me siento responsable -estas son meras palabras- y me digo: "Yo puedo hacer algo sólo si yo mismo estoy más allá de la cólera, más allá de la violencia, más allá de la nacionalidad". Y este sentimiento de que debo comprender la violencia en mí mismo, produce tremenda vitalidad y pasión para investigar.

Pero para ir más allá de la violencia, no puedo reprimirla, no puedo negarla, no puedo decir: "Bien, es una parte de mí, y eso es todo", o "no la deseo". Tengo que mirarla, tengo que estudiarla, debo intimar con ella, y no puedo llegar a esta intimidad si la condeno o la justifico. Pero de hecho la condenamos; la justificamos. Por lo tanto, le estoy diciendo: "Deje por el momento de condenarla o de justificarla".

Y bien, si usted quiere parar la violencia, si usted quiere impedir las guerras, ¿cuánta vitalidad, cuánto de usted mismo le dedica a ello? ¿No le importa que le maten sus hijos, que vayan al ejército para ser heridos y asesinados? ¿No le importa? ¡Dios mío! Si eso no le interesa, ¿qué le interesa entonces? ¿Proteger su dinero? ¿Divertirse? ¿Tomar drogas? ¿No ve usted que su propia violencia está destruyendo a sus hijos? ¿O lo ve usted sólo como una abstracción?.

Muy bien, entonces, si usted está interesado, dedíquese con todo su corazón y su mente a investigar. No diga simplemente, sin mayor interés en ello: "Bien, hablemos acerca de todo eso". Yo le indico que no puede mirar la cólera ni la violencia con ojos que la justifiquen o la condenen, y que si esta violencia no es un problema quemante para usted, no puede desterrar esas dos cosas. Así, primero tiene que aprender; tiene que aprender cómo mirar la cólera, cómo mirar a su esposa, a su esposo, a sus hijos; tiene que escuchar al político, tiene que aprender por qué no es usted objetivo, por qué su actitud de condenar y justificar es parte de la estructura social donde vive, de su condicionamiento como alemán o hindú, o negro, o americano o a cualquiera que sea el país donde haya nacido y que su mente se va embotando como resultado de este condicionamiento.

Para aprender, para descubrir algo fundamental, ha de tener la capacidad de penetrar profundamente. Si depende de un instrumento embotado, un instrumento obtuso, no será capaz de hacerlo. Así, lo que hacemos ahora es afilar el instrumento que es la mente -la mente que se ha entorpecido en este continuo justificar y condenar-. Usted sólo podrá calar a gran profundidad si su mente es como una aguja afilada y tan fuerte como un diamante.

No es bueno decir simplemente, sin mayor interés: ¿Cómo lograré una mente así? Tiene usted que desearlo

como desearía su próxima comida. Y para lograrlo, ha de ver que lo que embota y entorpece la mente es ese sentido de invulnerabilidad que ha levantado muros a su alrededor y que es también parte de esa condenación y justificación. Si la mente puede librarse de ello, entonces será capaz de ver, estudiar, penetrar y quizás llegar a un estado en que sea totalmente consciente de todo el problema.

Volvamos, pues, al asunto principal -¿Es posible erradicar la violencia en nosotros mismos?- Es una forma de violencia decir: "Usted no ha cambiado, ¿Por qué no lo ha hecho?" Yo no estoy diciendo eso. No tiene sentido para mí convencerle de **nada**. Se trata de su vida, no de mí vida. La manera como viva es su problema. Yo sólo estoy preguntando si le es posible a un ser humano, que vive psicológicamente en cualquier sociedad, echar la violencia fuera de sí mismo. Si es posible, el mismo proceso producirá una manera diferente de vivir en este mundo.

Muchos de nosotros hemos aceptado la violencia como una forma de vida. Dos espantosas guerras nada nos han enseñado, excepto levantar más y más barreras entre los seres humanos -es decir, entre usted y yo- Pero aquellos de nosotros que queremos librarnos de la violencia ¿cómo podemos hacerlo? Yo no creo que nada vaya a lograrse a través del análisis, ya sea el nuestro o el del profesional. Podríamos ser capaces de modificarnos ligeramente, vivir con un poco más de quietud, con un poco más de afecto, pero eso por sí mismo no nos daría la percepción total. Pero yo debo saber cómo analizar, de modo que en el proceso de análisis, mi mente se vuelva extraordinariamente aguda, porque es esa cualidad de agudeza, de atención, de seriedad, la que produce la percepción total. Uno no tiene los ojos para ver la totalidad de una sola mirada; esta claridad de visión es posible solamente si uno puede ver los detalles; entonces, **da el salto**.

Algunos de nosotros, a fin de librarnos de la violencia, hemos usado un concepto; un ideal llamado la no-violencia, y pensamos que teniendo un ideal de lo opuesto a la violencia, o sea, la no-violencia, podemos desembarazarnos del hecho, de lo real -pero no podemos- Hemos tenido un sinnúmero de ideales, todos los libros sagrados están llenos de ellos; sin embargo, aún somos violentos -entonces, ¿por qué no bregar con la violencia misma, olvidando del todo la palabra?-.

Si usted quiere comprender lo real, debe darle su completa atención, toda su energía. Esa atención y energía se perturban cuando usted crea un mundo ficticio, ideal. Por lo tanto, ¿puede usted desterrar por completo el ideal? El hombre realmente serio, a quien le urge descubrir qué es la verdad, qué es el amor, no tiene concepto alguno. Vive solamente en lo **que es**.

Para investigar el hecho de su propia cólera, usted no debe someterla a juicio, porque tan pronto concibe lo opuesto, la condena y, por tanto, ya no puede verla tal como es. Cuando usted dice que alguien le inspira aversión o que usted lo odia, éste es un hecho aunque parezca terrible. Si usted lo mira, si lo examina completamente, el hecho cesa. Pero si usted dice: "no debo odiar, debo tener amor en mi corazón", entonces está viviendo en un mundo hipócrita con patrones dobles. Vivir plenamente, completamente, en el momento, es vivir con lo que es, con lo actual, sin un sentido de condenación ni de justificación. Entonces es tal la plenitud de su comprensión que el hecho ha terminado para usted. Cuando usted ve con claridad, el problema se soluciona.

¿Pero puede usted ver el hecho de su violencia claramente -el aspecto de la violencia no sólo fuera, sino también dentro de usted mismo?- Esto significa que usted está totalmente libre de la violencia porque no ha dependido de ideología alguna para desembarazarse de ella. Esto requiere una meditación muy honda, no meramente un acuerdo o desacuerdo verbal.

Usted ha leído ahora una serie de afirmaciones, ¿pero las ha entendido en realidad? Su mente condicionada, su modo de vida, toda la estructura de la sociedad en que vive, le impiden mirar un hecho y verse libre de él total e **inmediatamente**. Usted dice: "Lo pensaré, consideraré si es posible librarme o no de la violencia". "Trataré de ser libre". Esta es una de las más tremendas afirmaciones que usted puede hacer: "Trataré". No hay eso de tratar, o hacer lo mejor; o lo hace usted, o no lo hace. Usted está dejando que intervenga el tiempo mientras la casa se quema. La casa está en llamas como resultado de la violencia en todo el mundo y en usted mismo; no obstante, usted dice: "Déjeme pensarlo, ¿qué ideología conviene más para apagar el fuego?" Cuando la casa está en llamas, ¿discute usted en cuanto al color del pelo del hombre que va a traer el agua?

CAPÍTULO VII

La Relación - El Conflicto - La Soledad - La Pobreza - Las Drogas - La Dependencia - La Comparación - El Deseo - Los Ideales - La Hipocresía

La cesación de la violencia, problema que hemos venido examinando, no es necesariamente un estado mental de paz con uno mismo y, por lo tanto, de paz en toda clase de relaciones.

La relación entre los seres humanos tiene su base en el mecanismo defensivo creador de imágenes. En todas nuestras relaciones, cada uno de nosotros creamos una imagen del otro, y estas dos imágenes sostienen las relaciones, no los seres humanos mismos. La mujer tiene una imagen del marido -quizás inconsciente, pero ahí está, sin embargo- y el marido, de la esposa. Tenemos una imagen de nuestro país y de nosotros mismos, y estamos siempre fortaleciéndolas, acrecentándolas más y más. Y son estas imágenes las que sostienen relaciones entre sí. La verdadera relación entre dos seres humanos o entre muchos seres humanos cesa por completo cuando existe esta formación de imágenes.

Es evidente que la relación entre las imágenes nunca puede traer paz en la convivencia, porque tales imágenes son ficticias, y no podemos vivir en una abstracción. Sin embargo, esto es lo que todos hacemos: vivir de ideas, de teorías, de símbolos, de imágenes que hemos creado de nosotros mismos y de los demás, que no son realidades de manera alguna. Todas nuestras relaciones, ya sean con la propiedad, con las ideas o con las personas, se basan esencialmente en esta formación de imágenes, y de ahí que siempre haya conflicto.

¿Cómo es posible, entonces, estar por completo en paz internamente y en toda relación con los demás? Después de todo, la vida es un movimiento de relaciones, de otro modo no hay vida en absoluto, y si ésta se basa en una abstracción, una idea o una suposición especulativa, tal vivir abstracto debe inevitablemente producir una relación que se convierte en campo de batalla. ¿Será, pues, de alguna manera posible vivir una vida interior completamente ordenada, sin ninguna forma de apremio, imitación, represión o sublimación? ¿Puede el hombre producir un orden así dentro de sí mismo, o sea, una cualidad viva que no se apoya en un marco de ideas -una tranquilidad interior jamás perturbada- no en algún mítico mundo abstracto de fantasías, sino en la vida diaria de la casa y la oficina?

Pienso que tenemos que examinar esta cuestión muy cuidadosamente, porque no hay un sitio en nuestra conciencia que no esté tocado por el conflicto. En todas nuestras relaciones, ya sea con la persona más allegada, con un vecino o con la sociedad, el conflicto existe -conflicto que es contradicción, división, separación, una dualidad-. Cuando nos observamos a nosotros mismos y nuestras relaciones con la sociedad, vemos que en todos los niveles de nuestro ser hay conflicto mayor o menor, el cual conduce a respuestas muy superficiales o a resultados devastadores.

El hombre ha aceptado el conflicto como parte inherente a su existencia diaria, porque entiende que la competencia, los celos, la codicia, el deseo adquisitivo y la agresión son una forma natural de vivir. Cuando creemos en ese modo de vida, aceptamos la estructura de la sociedad tal como es, y vivimos dentro del patrón de la respetabilidad. Y en eso estamos atrapados la mayoría de nosotros, pues queremos ser imponentemente respetables. Al examinar nuestra propia mente y corazón, nuestro modo de pensar, nuestro modo de sentir y de actuar diariamente, observamos que mientras nos conformemos al patrón de la sociedad, la vida tiene que ser un campo de batalla. Si no aceptamos ese patrón -y ninguna persona realmente religiosa lo acepta- entonces estaremos completamente libres de la estructura psicológica de la sociedad.

Muchos de nosotros tenemos bienes sociales en abundancia. Lo que la sociedad ha creado en nosotros y lo que hemos creado en nosotros mismos son la codicia, la envidia, la ira, el odio, los celos, la ansiedad, y con todo esto somos muy ricos. Las diversas religiones en el mundo han predicado la pobreza. El monje toma para sí un manto, cambia su nombre, rapa su cabeza, vive en una celda y hace voto de pobreza y castidad; en Oriente, tiene un taparrabo, un hábito, una comida diaria, y todos respetamos tal pobreza. Pero esos hombres que han tomado el hábito en pobreza, son todavía interna y psicológicamente ricos en bienes sociales, porque aun busca posición y prestigio; pertenecen a esta o aquella orden, a esta o aquella religión; aun viven en divisiones de cultura, de tradición. Eso no es pobreza. La pobreza consiste en estar por completo libre de la sociedad, aunque se tengan unos cuantos trajes, un poco más de comida -¡Dios mío! ¿A quién le importa eso? Pero por desgracia, en la mayor parte de la gente existe esta urgencia de exhibicionismo.

Cuando la mente está libre de la sociedad, la pobreza se convierte en algo maravillosamente hermoso. Uno tiene que llegar a ser pobre internamente porque así cesa la búsqueda, no hay interrogantes, ni deseos, ¡nada! Es sólo esta pobreza interna la que puede ver la verdad de la vida en que no hay conflicto en absoluto. Una vida así es la bendición que no ha de encontrarse en iglesias o en templo alguno.

¿Cómo es posible entonces, librarnos de la estructura psicológica de la sociedad, que significa estar libre de la esencia del conflicto? No es difícil poder acondicionar bien ciertas ramas del conflicto, pero nos preguntamos si sería

posible vivir en completa tranquilidad interior y, por tanto, exterior. Esto no quiere decir que vegetaremos o nos estancaremos. Al contrario, nos convertiremos en seres dinámicos, llenos de vitalidad y energía.

Para comprender y estar libre de cualquier problema, necesitamos una gran cantidad de energía apasionada y sostenida, no sólo física e intelectual, sino una energía independiente de todo motivo de estímulo psicológico o de droga alguna. Si dependemos de cualquier estímulo, ese mismo estímulo entorpece la mente y la vuelve insensible. Cuando tomamos alguna droga quizás encontramos temporalmente suficiente energía para ver las cosas con mucha claridad, pero retrocedemos a nuestro estado anterior y, por lo tanto dependemos de la droga, cada vez más. Así, pues, todo estímulo, ya sea de la iglesia, del alcohol, de las drogas o de la palabra hablada o escrita, producirá dependencia inevitablemente, y esa dependencia impide que veamos con claridad por nosotros mismos y, en consecuencia, que tengamos una energía vital.

Por desgracia todos dependemos psicológicamente de algo. ¿Por qué dependemos? ¿Por qué esta urgencia por depender de algo? Estamos haciendo este viaje juntos; no tiene usted que esperar a que yo le diga las causas de su dependencia. Si investigamos juntos, ambos lo descubriremos y, por tanto, este descubrimiento será propio de usted, y siendo así, le dará vitalidad.

Yo descubro por mí mismo que dependo de algo -digamos, un auditorio que me estimula-. Derivo de ese auditorio, del acto de dirigirme a un grupo de gente, cierta clase de energía. Por lo tanto, dependo de ese auditorio, de esas gentes, ya sea que ellos estén de acuerdo o en desacuerdo conmigo. Mientras más en desacuerdo están, más vitalidad recibo. Si están de acuerdo, ello se vuelve una cosa trivial, vacía. Así, descubro que necesito un auditorio porque es una cosa muy estimulante dirigirse a la gente. Bien, ¿y por qué? ¿Por qué dependo de ellos? Porque estoy vacío. Nada en mí mismo tengo, no tengo dentro de mí una fuente abundante, rica, vital, que esté siempre en movimiento, viviendo. Por eso dependo de algo. He descubierto la causa.

Pero el descubrimiento de la causa, ¿me librará de la dependencia? El descubrimiento de la causa es meramente intelectual; es obvio, por tanto, que no me libro de su dependencia. La simple aceptación intelectual de una idea, o la conformidad emocional con una ideología, no puede librar la mente de algo que habrá de estimularla. Lo que libera a la mente es ver toda la estructura y naturaleza del estímulo y de la dependencia, y como esa dependencia la entorpece, la vuelve estúpida e inactiva. Sólo cuando ve esa totalidad, se libera la mente.

Así, pues, debo investigar qué significa ver totalmente. Mientras esté mirando la vida desde un particular punto de vista, o desde una experiencia particular que he acariciado, o desde algún conocimiento especial que he almacenado, lo cual constituye mi transfondo, mi "yo", no podré ver la totalidad. He descubierto intelectualmente, verbalmente, por el análisis, la causa de mi dependencia, pero cualquier cosa que el pensamiento investigue tiene que ser fragmentario inevitablemente, de ahí que sólo puedo ver la totalidad de algo, cuando el pensamiento no interfiere.

Entonces veo el hecho de mi dependencia; veo realmente lo **que es**. Lo veo sin agrado o desagrado; no quiero deshacerme de esa dependencia, ni librarme de la causa de ella. La observo, y cuando hay una observación de esta clase, veo todo el cuadro, no un fragmento de él, y cuando la mente ve el cuadro en su conjunto, hay libertad. Ahora he descubierto que la energía se disipa cuando hay fragmentación. He descubierto la misma fuente de la disipación de energía.

Usted puede pensar que no hay pérdida de energía si usted imita, si acepta la autoridad, si depende de sacerdotes, del ritual, del dogma, del partido o de alguna ideología. Pero el seguir y aceptar una ideología, ya sea buena o mala, ya sea sagrada o profana, es una actividad fragmentaria y, por tanto, una causa de conflicto. El conflicto surge inevitablemente mientras haya división entre lo "que es" y lo "que debería ser". Y cualquier conflicto es un desperdicio de energía.

Si se pregunta asimismo "¿cómo voy a librarme del conflicto?", usted está creando otro problema, y, por lo tanto, acrecentando el conflicto. Por el contrario, si simplemente lo ve como un hecho -como vería cualquier objeto concreto en forma clara y directa- entonces comprenderá esencialmente la verdad de una vida en la cual no hay conflicto en absoluto.

Pongámoslo de otro modo. Siempre estamos comparando lo que somos con lo que deberíamos ser. Él "debería ser" es una proyección de lo que pensamos que nos convendría ser. Hay contradicción cuando usted se compara, no sólo con algo o con alguien, sino también con lo que fue ayer, y de ahí surge el conflicto entre lo que ha sido y lo que es. Existe lo **que es** solamente cuando no hay comparación alguna. Y vivir con lo que es, significa ser pacífico. En tal caso usted puede poner toda su atención, sin ninguna distracción, en lo que está dentro de usted mismo -ya sea desesperación, fealdad, brutalidad, temor, ansiedad, soledad- y vivir con ello completamente. Entonces no hay contradicción, ni conflicto, por supuesto.

No obstante, siempre estamos comparándonos -con aquellos que son más ricos, o más brillantes, más intelectuales, más afectuosos, más famosos, más esto o más aquello-. El "más" juega una parte extraordinariamente importante en nuestras vidas; este medirnos todo el tiempo con algo o con alguien, es una de las causas principales del conflicto.

Y bien, ¿por qué tiene que haber comparación? ¿Por qué se compara usted con otro? Se le ha enseñado a

comparar desde la niñez. En toda escuela, A es comparado con B, y A se destruye a sí mismo para ser como B. Cuando usted no compara en absoluto, cuando no hay ideal, ni opuesto, ni factor de dualidad, cuando usted ya no lucha por ser diferente de lo que es, ¿qué le ha ocurrido a su mente? Su mente ha cesado de crear lo opuesto y se ha vuelto sumamente inteligente, sumamente sensible, capaz de inmensa pasión, ya que el esfuerzo es un desperdicio de pasión -pasión que es energía vital- y usted no puede hacer nada sin pasión.

Si no se compara con otro, será lo que usted es. Por medio de la comparación, usted espera evolucionar, crecer, volverse más inteligente, más hermoso. ¿Pero lo será usted? **El hecho** es lo que usted es y al compararse, está fragmentando el hecho, lo cual es una pérdida de energía. Ver lo que es usted realmente, sin ninguna comparación, le da tremenda energía para mirar. Cuando puede verse sin compararse con nadie, se coloca más allá de la comparación, lo cual no significa que el contentamiento haya estancado la mente. Así vemos en esencia cómo la mente gasta la energía que es tan necesaria para comprender la totalidad de la vida.

No quiero saber con quién estoy en conflicto; no quiero conocer los conflictos periféricos de mi ser. Lo que quiero saber es por qué el conflicto tiene que existir de todas maneras. Cuando me planteo esta cuestión, veo un problema fundamental que nada tiene que ver con los conflictos periféricos y sus soluciones. Estoy interesado en el problema esencial, y veo -tal vez ustedes también lo ven- que la misma naturaleza del deseo, si no se comprende en forma adecuada, tiene que conducir inevitablemente al conflicto.

El deseo está siempre en contradicción. Quiero cosas contradictorias -lo cual no implica que deba destruir el deseo, reprimirlo, controlarlo o sublimarlo. Simplemente veo que en sí mismo es contradictorio. No son los objetos que deseamos sino la naturaleza misma del deseo lo que es contradictorio. Y tengo que comprender la naturaleza del deseo, antes de que pueda comprender el conflicto. Internamente nos hallamos en contradicción, y ese estado de contradicción es producto del deseo, que va dirigido a perseguir el placer y evitar el dolor. Ya hemos examinado este asunto anteriormente.

Así, vemos el deseo como la raíz de toda contradicción -querer algo y no quererlo- una actividad dual. El hacer algo placentero no implica ningún esfuerzo, ¿no es cierto? Pero el placer produce dolor, y entonces hay una lucha por evitar el dolor, que es, por otra parte, una disipación de energía. ¿Por qué tiene que haber dualidad? Existe, por supuesto, la dualidad en la Naturaleza -hombre y mujer, luz y sombra, noche y día- pero internamente, psicológicamente, ¿por qué hay dualidad? Por favor, piense esto conmigo, no espere que yo lo explique. Tiene que ejercitar su propia mente para descubrirlo. Mis palabras son sólo un espejo en el que usted se observa. ¿Por qué tenemos esta dualidad psicológica? ¿Es acaso que se nos ha educado para comparar siempre lo "que es" con lo que "debería ser"? Hemos sido condicionados en lo que es correcto y lo que es equivocado, lo que es bueno y lo que es malo, lo que es moral y lo que es inmoral. ¿Ha surgido esta dualidad porque creemos que pensar en lo opuesto de la violencia, de los celos, de la envidia, de la ruindad, nos ayudará a desembarazarnos de esas cosas? ¿Usamos lo opuesto como un trampolín para liberarnos de lo que es? ¿O es un escape de lo real?

¿Usa usted lo opuesto como un medio de evadir la realidad, con la cual no sabe usted bregar? ¿O acaso es porque se le ha dicho durante siglos de propaganda que usted debe tener un ideal, lo opuesto de "lo que es" a fin de lidiar con el presente? Cuando usted tiene un ideal, piensa que le ayudará a librarse de lo "que es" pero nunca es así. Usted puede predicar la no-violencia por el resto de su vida y estar siempre sembrando las semillas de la violencia.

Usted tiene un concepto de lo que debería ser, y de cómo debería actuar, pero continuamente está de hecho actuando de manera muy diferente; así usted ve que esos principios, creencias, e ideales, tienen que llevar inevitablemente a la hipocresía y a una vida falsa. El ideal es el que crea lo opuesto de lo "que es"; por lo tanto, si sabe cómo estar con lo "que es", entonces lo opuesto no es necesario.

Tratar de ser como alguna otra persona, o como su ideal, es una de las causas principales de contradicción, confusión y conflicto. Una mente que está confusa no importa lo que haga, en cualquier nivel, seguirá confusa; cualquier acción nacida de la confusión, lleva a ulterior confusión. Yo veo esto muy claramente; lo veo tan claramente como vería un peligro físico inmediato. Entonces, ¿qué ocurre? Ya dejo de actuar en término de confusión. La inacción, por lo tanto, es acción completa.

CAPÍTULO VIII

La Libertad La Rebelión La Sociedad Interna La Inocencia Vivir con Nosotros Mismos tal como Somos

NINGUNA DE LAS agonías de la represión, ni la brutal disciplina para conformarse a una norma han conducido a la verdad. Para llegar a la verdad, la mente debe ser completamente libre, sin una mácula de distorsión.

Pero primero preguntémonos si deseamos realmente ser libres. Cuando hablamos de libertad, ¿estamos hablando de libertad total o de libertarnos de algo enojoso, inconveniente o desagradable? Nos gustaría librarnos de penosos y desagradables recuerdos y de experiencias desdichadas, pero conservar las ideologías, fórmulas y relaciones que nos llenan de placer y satisfacción. Sin embargo conservar lo uno sin lo otro es imposible porque, como hemos visto el placer es inseparable del dolor.

Así, toca a cada uno de nosotros decidir si queremos o no ser completamente libres. Sí decimos que sí, entonces tenemos que comprender la naturaleza y la estructura de la libertad.

¿Hay libertad cuando usted se libra **de** algo -se libra del dolor o de alguna clase de ansiedad?- ¿O es la libertad en sí misma, algo por completo diferente? Usted puede librarse de los celos, por ejemplo, pero ¿no es eso una reacción, no siendo, por lo tanto, libertad en absoluto? Usted puede librarse de un dogma fácilmente, analizándolo, rechazándolo, pero el motivo que tuvo para librarse de ese dogma tiene su propia reacción porque el deseo de estar libre del mismo se debe quizás a que ya no le conviene o no está de moda. O bien, usted puede librarse del nacionalismo porque cree en el internacionalismo, o por que siente que ya no es económicamente necesario adherirse a este tonto dogma nacionalista con su bandera y todas estas bagatelas. Usted puede fácilmente desechar eso. O puede usted reaccionar contra un líder espiritual o político que le ha prometido libertad como resultado de alguna disciplina o rebelión. Pero, ¿tiene tal racionalismo, tal conclusión lógica, algo que ver con la libertad?

Si usted dice que está libre **de** algo, su actitud es una reacción, la cual se convertirá después en otra reacción, que a su vez producirá otra forma de conformidad o de dominio. En este caso, usted puede tener una cadena de reacciones y aceptar cada una de ellas como libertad. Pero no lo es; es la simple continuación de un pasado modificado, al que la mente se apega.

La juventud de hoy, como toda juventud, está en rebelión contra la sociedad, y eso es bueno en sí mismo, pero la rebelión no es libertad, porque cuando usted se revela, sólo está reaccionando. Y esa reacción establecerá su propio patrón en el cual se vera cogido otra vez. Usted piensa que es algo nuevo. Pero no lo es; es lo viejo en un molde distinto. Cualquier rebelión social o política, inevitablemente regresa a la antigua y buena mentalidad burguesa.

La libertad sólo surge cuando usted ve y actúa, nunca a través de la rebelión. Ver es actuar, y tal acción es tan instantánea como cuando usted se enfrenta a un peligro. Entonces no funciona su cerebro; usted no discute o vacila; el peligro mismo lo compele a actuar. Por lo tanto, ver es actuar y ser libre.

La libertad es un estado de la mente -no verse libre **de** algo sino tener sentido de libertad- libertad para dudar e investigarlo todo, y por ser así, tan intensa, activa y vigorosa que rechaza toda forma de dependencia, de esclavitud, de conformidad y aceptación. Tal libertad implica estar completamente solo. Pero, ¿podrá la mente educada en una cultura que depende tanto del ambiente y de sus propias tendencias, encontrar alguna vez esa libertad, o sea, una vida de completa soledad en la cual no hay liderazgo, ni tradiciones, ni autoridad?.

Esta soledad es un estado interior de la mente que no depende de estímulo, de conocimiento alguno, y que no es resultado de ninguna experiencia o conclusión. Muchos de nosotros jamás estamos solos internamente. Existe una diferencia entre el aislamiento, la propia separación y el quedarse a solas consigo mismo, la soledad interna. Todos sabemos lo que es estar aislados construyendo un muro a nuestro alrededor, para nunca ser heridos, nunca ser vulnerables, y cultivando el desapego, que es otra forma de agonía, o viviendo en la soñadora torre de marfil de alguna ideología. La soledad interna es algo muy distinto.

Usted nunca está solo, por está lleno de todos los recuerdos, de todo el acondicionamiento, de todos los murmullos del ayer; su mente jamás se halla libre de los residuos que ha acumulado. Para estar solo debe usted morir al pasado. Cuando está solo, totalmente solo, sin pertenecer a ninguna familia, a ninguna nación, a ninguna cultura, a ningún continente particular, usted experimenta la sensación de ser un extraño. El hombre que está completamente solo en esta forma, es inocente, y esa inocencia libera la mente del dolor.

Llevamos sobre nosotros la carga de lo que han dicho miles de personas y el recuerdo de nuestros infortunios. Abandonar todo eso en absoluto es estar solo, y la mente que está sola además de inocente es joven -no en términos de tiempo o años de vida, sino joven, inocente, vivaz en cualquier edad- y sólo una mente así puede ver aquello que es la verdad y aquello que no puede medirse en palabras.

En esta soledad interna, usted empezará a comprender la necesidad de vivir con usted mismo tal como es, no como piensa que debería ser o como ha sido antes. Vea si puede mirarse usted mismo sin estremecimiento, sin falsa

modestia, temor, justificación o condenación alguna -simplemente viva con usted mismo como es usted en realidad-.

Sólo cuando usted vive con algo íntimamente, empieza a comprenderlo. Pero tan pronto se habitúa a ello -se acostumbra a su propia ansiedad, envidia o lo que sea- ya no está viviendo con ello. Si usted vive junto a un río, luego de pocos días no oye el sonido del agua, o si tiene un cuadro en su habitación que esta viendo todos los días, lo pierde de vista después de una semana. Y ocurre igual con las montañas, los valles, los árboles -lo mismo con su familia, su esposo, su esposa-. Pero cuando vive con algo como los celos, la envidia o la ansiedad, nunca debe acostumbrarse a ello ni aceptarlo. Usted debe cuidarlo, como cuidaría un árbol recién plantado, protegiéndolo contra el sol, contra las tormentas. Debe interesarse por ello sin condenación o justificación alguna. De esta manera empieza a amarlo. Cuando despierta su interés, comienza a amarlo. No es que usted ame al hecho de ser envidioso o impaciente, como sucede con muchas personas, sino más bien que usted se interesa en observar este hecho.

Así, ¿puede usted -podemos usted y yo- vivir con lo que realmente somos, sabiendo que somos torpes, envidiosos, miedosos, creyéndonos tremendamente afectivos sin serlo y sintiéndonos fácilmente humillados, adulados y aburridos? ¿Podemos vivir con todo eso, sin aceptarlo ni negarlo, simplemente observándolo sin ponernos morbosos, deprimidos o exaltados?

Ahora bien, hagámonos otra pregunta más. ¿Ha de lograrse con el tiempo esta libertad, esta soledad interna, este ponerse en contacto con toda la estructura de lo que somos internamente? En otras palabras, ¿se logra la libertad por un proceso gradual? Es evidente que no, porque tan pronto le da paso al tiempo, usted está esclavizándose más y más. Usted no puede llegar a ser libre gradualmente, no es cuestión de tiempo.

La próxima pregunta es: ¿Puede usted llegar a ser consciente de esa libertad? Si dice “Yo soy libre”, entonces no es libre. Es como el hombre que dice, “soy feliz”. Tan pronto dice “yo soy feliz”, está viviendo con el recuerdo de algo que se ha ido. La libertad sólo puede venir naturalmente, sin desearla, quererla, anhelarla. Tampoco la encontrará creando una imagen de lo que usted piensa que es. Para llegar a ella, la mente tiene que aprender a observar la vida, que es un vasto movimiento sin las ataduras del tiempo, porque la libertad radica más allá del campo de la conciencia.

CAPÍTULO IX

El Tiempo El Dolor La Muerte

Me siento tentado a repetir el relato acerca de un gran discípulo que le rogó a Dios le enseñara la verdad. Este pobre Dios dijo: “Amigo mío, ¡hace un día tan caluroso! Por favor, dame un vaso de agua”. Se va, pues, el discípulo y toca a la puerta de la primera casa que encuentra, donde le recibe una hermosa mujer. El discípulo se enamora de ella, se casan y tienen varios hijos. Sucede que un día empieza a llover y sigue lloviendo, lloviendo, crecen los torrentes, las calles se inundan, las casas son barridas por el agua. El discípulo se apoya en su mujer y carga a los hijos sobre los hombros, y cuando lo está arrastrando la corriente, clama: “Señor, por favor, sálvame”. Y el Señor dice: “¿Dónde está el vaso de agua que te pedí?”.

Este es un relato bastante bueno, porque la mayoría de nosotros pensamos en términos de tiempo. El hombre vive cara al tiempo. Inventar el futuro ha sido su juego de escape favorito.

Pensamos que el cambio en nosotros puede realizarse con el tiempo, que el orden interior puede establecerse poco a poco, añadiendo algo día a día. Pero el tiempo no trae orden ni paz; por lo tanto, debemos dejar de pensar el términos de grados. Esto significa que no hay un mañana en el que llegaremos a ser pacíficos. Tenemos que poner orden inmediatamente.

Cuando hay un verdadero peligro, el tiempo desaparece, ¿no es así? Hay acción inmediata. Sin embargo, no vemos el peligro de muchos de nuestros problemas y por eso inventamos el tiempo como medio de superarlos. El Tiempo es un impostor que en nada nos ayuda a producir un cambio en nosotros mismos. El tiempo es un movimiento que el hombre ha dividido en pasado, presente y futuro, y mientras lo siga dividiendo, estará siempre en conflicto.

¿Es aprender cuestión de tiempo? No hemos aprendido en estos miles de años, que hay una vida mejor que no sea odiarnos y matarnos unos a otros. Es muy importante que comprendamos el problema del tiempo, si queremos cambiar esta vida que se ha hecho tan monstruosa y tan vacía por culpa nuestra.

Debemos primero comprender que sólo se puede mirar el tiempo con esa frescura e inocencia de mente de que ya hemos hablado. Estamos confusos respecto de nuestros múltiples problemas y nos sentimos perdidos en esa confusión. Ahora bien, cuando uno está perdido en un bosque, ¿qué es lo primero que hace? Detenerse, ¿no es así? Uno se detiene y mira a su alrededor. Pero mientras más perdidos y confusos nos sentimos en la vida, más corremos dando vueltas, buscando, preguntando, exigiendo, rogando. Así, pues, si me permite sugerirle, primero deténgase por completo para mirar en su interior, porque cuando usted de hecho se detiene internamente, psicológicamente, su mente se pone muy clara, muy serena. Entonces puede realmente mirar esta cuestión del tiempo.

Los problemas existe sólo en el tiempo, esto es, cuando hacemos frente a una situación en forma incompleta. Este acercamiento a medias crea el problema. Cuando afrontamos un reto parcialmente, fragmentariamente o intentamos escapar de él, es decir, cuando lo enfocamos sin darle toda nuestra atención, creamos un problema. Y el problema continúa mientras persistimos en darle atención incompleta, mientras esperamos resolverlo **un día de estos**.

¿Sabe usted qué es el tiempo? No según el reloj, no el tiempo cronológico, sino el psicológico. Es el intervalo entre la idea y la acción. Una idea evidentemente nos viene para la propia protección, para estar seguro. La acción siempre es inmediata; no pertenece al pasado ni al futuro. Se debe actuar siempre en el presente, pero la acción es tan peligrosa, tan incierta, que nos ajustamos a una idea porque confiamos nos dé cierta seguridad.

Vea esto en usted mismo. Usted tiene una idea de lo que es correcto o equivocado, o un concepto ideológico a cerca de usted y de la sociedad, y de acuerdo con esta idea se dispone a actuar. Por lo tanto, la acción está en conformidad con esa idea, aproximándose a esa idea, y de aquí que siempre haya conflicto. Existe la idea, el intervalo y la acción. Y en ese intervalo está todo el campo del tiempo. Ese intervalo es esencialmente pensamiento. Cuando usted piensa que será feliz mañana, tiene una imagen de usted mismo logrando cierto resultado en el tiempo. El pensamiento, por medio de la observación, por medio del deseo y la continuidad de ese deseo, sustentado por ulteriores pensamientos, dice: “Mañana seré feliz, mañana tendré éxito, mañana el mundo será un lugar hermoso”. Así el pensamiento crea este intervalo que es el tiempo.

Ahora preguntamos: ¿Podemos detener el tiempo? ¿Podemos vivir tan completamente, de modo que el pensamiento no tenga un mañana en qué pensar? Porque el tiempo es dolor. Esto es, ayer, o hace un millar de ayeres usted amaba, o tenía un compañero que se ha ido, y ese recuerdo perdura, y usted piensa en ese placer y en ese dolor; usted está mirando hacia atrás, deseando, esperando, lamentándose, y así el pensamiento una y otra vez engendrando esta cosa que llamamos dolor y le da continuidad al tiempo.

Mientras haya este intervalo de tiempo que ha sido engendrado por el pensamiento, tiene que haber dolor, tiene que existir la continuidad del temor. Por ese motivo uno se pregunta: ¿puede este intervalo terminar? Si usted dice: “¿terminará alguna vez?”, ya está formulando una idea, algo que quiere lograr, y así usted crea un intervalo y de nuevo se ve atrapado en él.

Ahora tomemos la cuestión de la muerte, que es un inmenso problema para la mayoría. Usted conoce la muerte, ahí está caminando a su lado, día tras día. ¿Será posible conocerla tan completamente que no sea para usted un problema en absoluto? Para lograrlo, toda creencia, toda esperanza, todo temor debe terminar; de otro modo, usted está conociendo esta cosa extraordinaria a través de una conclusión, de una imagen, con una ansiedad premeditada y, por lo tanto, se está enfrentando a ella en el tiempo.

El tiempo es el intervalo entre el observador y lo observado. Es decir, el observador, usted, tiene miedo de encontrarse con esta cosa llamada muerte. Usted no sabe lo que significa; usted tiene toda clase de esperanzas y teorías acerca de ella; usted cree en la reencarnación o en la resurrección, o en algo llamado alma, el âtmân, una entidad espiritual fuera del tiempo que se designa con diferentes nombres. Ahora bien, ¿ha experimentado por usted mismo si hay un alma? ¿O **es** que hay algo permanente, continuo, que está más allá del pensamiento? Si el pensamiento puede pensar en ello, está dentro de su radio de acción y, por lo tanto, no puede ser permanente, porque no existe nada permanente dentro del campo del pensamiento. Descubrir que no hay nada permanente es de importancia tremenda pues sólo entonces la mente está libre. Luego, usted puede observar, y en esa observación hay gran gozo.

Usted no puede tener miedo a lo desconocido pues no sabe qué es lo desconocido, por lo tanto, no hay nada que temer. La muerte es una palabra, y es la palabra, la imagen, la que crea el temor. Así, ¿podría usted mirar la muerte sin la imagen de la muerte? Mientras exista la imagen de la cual surge el pensamiento, éste siempre tiene que crear temor. Entonces usted, o bien racionaliza su temor a la muerte y levanta resistencia contra lo inevitable, o inventa innumerables creencias para protegerse del temor a la muerte. De aquí que haya una distancia entre usted y la cosa a la cual teme. En este intervalo de espacio-tiempo tiene que haber conflicto, o sea, temor, ansiedad y lástima propia. El pensamiento, que engendra el temor a la muerte, dice: “Vamos a posponerla, a evitarla, a mantenerla tan lejos como sea posible; no pensemos en ella”, pero usted **sigue** pensando en ella. Cuando dice: “No quiero pensar en ella”, ya ha pensado cómo evadirla. Usted teme a la muerte porque la ha postergado.

Hemos separado el vivir del morir, y el intervalo entre el vivir y el morir es el temor. Éste intervalo, ese tiempo es creado por el temor. Vivir es para nosotros tortura diaria, insultos diarios, dolor y confusión; sólo ocasionalmente se nos habré una ventana hacia mares encantados. Esto es lo que llamamos vivir, y tenemos que morir, lo cual terminaría con tal infortunio. Más que enfrentarnos a lo desconocido nos apegamos a lo conocido: nuestra casa, nuestros muebles, nuestra familia, nuestro carácter, nuestro trabajo, nuestros conocimientos, nuestra fama, nuestra soledad, nuestros dioses -esa pequeña cosa que se mueve incesantemente dentro de sí misma con su propio patrón estrecho de una existencia amargada-.

Pensamos que el vivir está siempre en el presente y que el morir es algo que nos espera en el tiempo distante. Pero nunca hemos cuestionado si esta batalla del vivir diario es vida en modo alguno. Queremos saber la verdad acerca de la reencarnación; queremos pruebas de la supervivencia del alma, escuchamos las afirmaciones de los clarividentes y las conclusiones de la investigación psíquica, pero nunca preguntamos, NUNCA, cómo debemos vivir -vivir cada día con deleite, con fascinación, con belleza-. Hemos aceptado la vida tal como es, con toda su agonía y desesperación, y nos hemos acostumbrado a ella. Y pensamos en la muerte como algo que debe evitarse cuidadosamente. Pero la muerte es tan extraordinaria como la vida cuando sabemos vivir. Usted no puede vivir sin morir. No puede vivir si no muere psicológicamente cada minuto. Esta no es una paradoja intelectual. Para vivir cada día de manera plena, total, como si todo tuviera un nuevo encanto, debe morir a todas las cosas del ayer; de otro modo usted vive mecánicamente, y una mente mecánica nunca podrá saber qué es el amor, ni qué es la libertad.

Muchos de nosotros tememos morir porque no sabemos lo que significa vivir. No sabemos vivir, y, por lo tanto, no sabemos morir. Mientras estemos temerosos de la vida, estaremos temerosos de la muerte. El hombre que no le tiene miedo a la vida, no teme sentirse completamente inseguro, pues comprende que internamente, psicológicamente no hay seguridad. Cuando no hay seguridad, hay un movimiento que nunca termina y entonces la vida y la muerte son iguales. El hombre que vive sin conflicto, que vive con belleza y amor, no teme a la muerte, porque amar es morir.

Si usted muere a todas las cosas que conoce, incluyendo su familia, sus recuerdos, todo lo que ha sentido, entonces la muerte es una purificación, un proceso rejuvenecedor; entonces de la muerte nace la inocencia. Y sólo el inocente es apasionado; no así la persona que cree, o que quiere descubrir lo que ocurre después de la muerte.

Para descubrir realmente lo que sucede cuando se muere, usted debe morir. Esto no es chiste. Usted debe morir -no físicamente, sino psicológicamente, internamente, morir a las cosas que ha acariciado y a las cosas que le producen amargura-. Si usted ha muerto a alguno de sus placeres, al más pequeño o al más grande de un modo natural, sin esfuerzo ni argumentación, entonces usted sabrá lo que significa morir. Morir es tener una mente vacía de sí mismo, vacía de sus diarios placeres, anhelos y agonías. La muerte es una renovación, una mutación en la que el pensamiento no actúa en absoluto, porque todo pensamiento es viejo. Cuando se muere, surge algo totalmente nuevo. Liberarse de lo conocido es morir, y entonces usted está viviendo.

CAPÍTULO X

El Amor

El deseo urgente de seguridad en nuestras relaciones engendra, inevitablemente, dolor y temor. Esta búsqueda de seguridad está invitando a la inseguridad. ¿Ha encontrado usted seguridad alguna vez en cualquiera de sus relaciones? ¿La ha encontrado? La mayoría de nosotros queremos estar seguros de amar y ser amados, pero, ¿hay amor cuando cada uno está buscando su propia seguridad, su camino particular? No somos amados porque no sabemos amar.

¿Qué es el amor? La palabra está tan sobrecargada y corrompida que apenas me gusta usarla. Todos hablan del amor; toda revista y periódico, igual que todo misionero, habla interminablemente del amor. Yo amo a mi país, amo a mi rey, amo algún libro, amo esa montaña, amo el placer, amo a mi mujer, amo a Dios. ¿Es el amor una idea? Si es así, puede ser cultivada, nutrida, acariciada, llevada y traída, torcida en cualquier forma que usted quiera. Cuando usted afirma que ama a Dios, ¿qué quiere decir? Quiere decir que ama una proyección de usted mismo, revestida con cierta forma de respetabilidad de acuerdo con lo que usted piensa que es noble y sagrado; decir, pues, “yo amo a Dios”, es un absoluto contrasentido. Cuando usted adora a Dios, se está adorando usted mismo -y esto no es amor-.

Como no podemos resolver esta cuestión humana llamada amor, nos perdemos en abstracciones. El amor puede ser la última solución a todas las dificultades del hombre, a sus problemas y afanes. ¿Cómo, pues, vamos a descubrir qué es el amor? ¿Meramente definiéndolo? La iglesia lo ha definido de una manera, la sociedad de otra, y hay toda clase de desviaciones y perversiones. Adorar a alguien, dormir con alguien, el intercambio emocional, el compañerismo, ¿es eso lo que significa para nosotros el amor? Tal ha sido la forma, el patrón, y se ha vuelto tan tremendamente personal, sensual y mezquino, que las religiones han declarado que el amor es algo mucho más que eso. En lo que llaman amor humano, ellas ven el placer, la competencia, los celos, el deseo de poseer, de retener, de dominar a otros y de interferir con su manera de pensar, y conociendo la complejidad de todo esto, dicen que debe haber otra clase de amor: divino, hermoso, intocable, incorruptible.

Por todo el mundo, los hombres llamados santos han sostenido que mirar a una mujer es totalmente censurable. Dicen que usted no podrá acercarse a Dios si se complace en el sexo, y por eso lo desechan aunque se sientan devorados por él interiormente. Pero rechazando la sexualidad, se sacan los ojos, se cortan la lengua, pues niegan toda la belleza de la tierra. Han dejado hambrientos sus corazones y sus mentes; son seres humanos deshidratados; han proscrito la belleza, porque la belleza está asociada con la mujer.

¿Puede dividirse el amor en sagrado y profano, en humano y divino?, ¿o existe solamente amor? ¿Es el amor del uno y no de los muchos? Si yo digo: “Lo amo ha usted”, ¿excluye esto el amor a otro? ¿Es personal o impersonal el amor? ¿Moral o inmoral? ¿Familiar o no familiar? Si usted ama a la humanidad, ¿puede amar lo particular? ¿Es sentimiento el amor? ¿Es emoción el amor? ¿Es el amor placer y deseo? Todas estas preguntas indican, ¿no es verdad?, que tenemos ideas acerca del amor, ideas acerca de lo que debería o no debería ser, un patrón o un código desarrollado por la cultura en que vivimos.

Así, para profundizar en la cuestión de lo que es el amor, primero debemos quitarnos la costra de los siglos, desechar todos los ideales e ideologías de lo que debería o no debería ser. Separar cualquier cosa entre lo que es y lo que debería ser, es la forma más engañosa de bregar con la vida.

Ahora bien. ¿cómo voy a descubrir qué es esta llama a la cual damos el nombre de amor -no como expresarlo a otro-, sino qué significa en sí? Para poder descubrir por mí mismo qué es, rechazaré primero lo que la iglesia, la sociedad, mis padres y amigos y toda persona y todo libro han dicho acerca de él. He aquí el enorme problema que involucra a toda la humanidad. Se han hecho miles de definiciones, y yo mismo estoy atrapado en uno u otro patrón de acuerdo con lo que me agrada o me da placer por el momento; entonces, ¿no debería yo, a fin de comprender el amor, librarme primero de mis particulares inclinaciones y prejuicios? Estoy confuso, trastornado por mis propios deseos y, por lo tanto, me digo a mí mismo: “Primero aclara tu propia confusión. Tal vez así seas capaz de descubrir qué es el amor a través de aquello que no lo es”.

El gobierno dice: “Ve y mata por amor a tu país”. ¿Es esto amor? La religión dice: “Deja el sexo para poder amar a Dios”. ¿Es esto amor? ¿Es el deseo el amor? No diga que no. Para la mayoría lo es -deseo y placer, el placer derivado de los sentidos a través del apego y la satisfacción sexual-. Yo no estoy contra el sexo, pero vea lo que esto implica. Lo que el sexo le da momentáneamente es el abandono total de usted mismo; después vuelve a sus perturbaciones. Por eso desea la repetición una y otra vez de ese estado en que no hay preocupación, ni problema, ni “yo”.

Usted dice que ama a su esposa. En ese amor está involucrado el placer sexual, el placer de tener a alguien en la casa que cuide a los hijos y que cocine. Usted depende de ella; ella le da su cuerpo, sus emociones, su apoyo, un cierto sentido de seguridad y bienestar. Luego, si ella se fuera de su lado, se aburriera o se escapara con otro y todo el equilibrio emocional se destruyera, a esta perturbación que le desagrada la llamaríamos celos; en los celos hay dolor,

ansiedad, odio y violencia. Entonces lo que usted esta realmente diciendo es: "Mientras me pertenezcas, te amaré, pero una vez dejes de pertenecerme, empezaré a odiarte. Mientras pueda depender de ti para satisfacer mis urgencias sexuales y de otra índole, te amaré, pero tan pronto cese de proporcionarme lo que yo deseo, dejarás de agradarme". De esta manera se levanta el antagonismo entre ustedes dos, la separación, y cuando uno se siente separado de otro no hay amor. Pero si usted puede vivir con su esposa sin que el pensamiento cree estos estados contradictorios, estas porfías interminables dentro de usted mismo, entonces, tal vez -tal vez- sabrá lo que es el amor. Entonces usted es completamente libre, y ella también; pero si depende de ella para todas sus satisfacciones, será su esclavo. Por lo tanto, cuando se ama debe haber libertad, no sólo respecto de la otra persona; también respecto de uno mismo.

Pertenecer a otro, estar psicológicamente nutrido por otro, dependiendo de otro, tiene que crear siempre ansiedad, temor, celos, culpa, y en tanto haya temor, no hay amor. Una mente dominada por el dolor nunca conocerá el amor; el sentimentalismo y el emocionalismo nada tienen que ver con el amor. Y, por su puesto, el amor nada tiene que ver con el placer y el deseo.

El amor no es producto del pensamiento, que es el pasado, no es posible que el pensamiento pueda cultivarlo. El amor no está resguardado y preso en los celos, porque éstos pertenecen al pasado. El amor es presente, activo en todo momento. No es "amaré" o "he amado". Si usted conoce el amor, no sigue a nadie. El amor no obedece. Cuando se ama no hay respeto ni falta de respeto.

¿Sabe usted lo qué significa amar realmente a alguien? -Amarlo sin odio, sin celos, sin cólera, sin querer intervenir en lo que hace o piensa, sin condenar, sin comparar- ¿Sabe usted lo que eso significa? ¿Hay comparación dónde hay amor? Cuando usted ama a alguien con todo su corazón, con toda su mente, con todo su cuerpo, con todo su ser, ¿hay comparación? Cuando usted se abandona enteramente a ese amor, no existe el otro.

¿Tiene el amor responsabilidad y deberes, y se le puede aplicar esas palabras? Cuando usted hace algo por deber, ¿hay amor en ello? En el deber no hay amor. La estructura del deber en el que el hombre se ve cogido, lo está destruyendo. Mientras usted se vea obligado ha hacer algo porque es su deber, usted no ama lo que está haciendo. Cuando hay amor, no hay deber ni responsabilidad.

La mayoría de los padres desafortunadamente piensan que son responsables de sus hijos, y su sentido de responsabilidad se manifiesta ordenándoles qué deben o no deben hacer, qué deben o no deben llegar a ser. Los padres quieren que sus hijos tengan una posición segura en la sociedad. Lo que ellos llaman responsabilidad es parte de esa respetabilidad a la que rinden culto. Y a mí me parece que donde hay respetabilidad no hay orden; sólo existe el interés de convertirse en unos perfectos burgueses. Cuando preparan a sus hijos para que se ajusten a la sociedad, están perpetuando la guerra, el conflicto y la brutalidad. ¿Acaso llama usted a eso verdadero interés y amor?

Estar realmente interesado en alguien implica cuidarlo como lo haría con un árbol o una planta: regarla, estudiar sus necesidades, buscar el mejor suelo para ella, atenderla con gentileza y ternura -pero cuando usted prepara a sus hijos para adaptarlos a la sociedad, los está preparando para llevarlos a la muerte-. Si amara a sus hijos, no ocasionaría guerras.

Cuando usted pierde al ser amado, derrama lágrimas, pero esas lágrimas, ¿son por usted mismo o por el que ha muerto? ¿Llora por usted o llora por él? ¿Ha llorado alguna vez por otro? ¿Ha llorado por su hijo muerto en el campo de batalla? Usted ha llorado; ¿pero brotan esas lágrimas de compasión porque han matado a un ser humano o por usted mismo? Si llora por lástima propia, sus lágrimas no tienen ningún significado, ya que sólo está interesado en usted mismo. Si llora porque se ha visto despojado de alguien en quien había puesto gran afecto, eso no era realmente afecto. Cuando llore por su hermano que ha muerto, llore por él. Es muy fácil llorar por usted mismo, pues él se ha ido. Aparentemente usted está llorando porque su corazón está conmovido; pero no está conmovido por él, sólo lo está por propia compasión, y esta autocompasión lo endurece a usted, lo encierra dentro de usted mismo, y lo vuelve torpe y estúpido.

Cuando usted llora por usted mismo, ¿es eso amor -llorando porque está sólo, porque lo han abandonado, porque no es poderoso, quejándose de su suerte, de todo lo que lo rodea-. Siempre derramando lágrimas **por usted**? Si usted comprende esto, lo que significa entrar en contacto con ello tan directamente como cuando toca un árbol, una columna o una mano, entonces verá que el dolor lo crea uno mismo, que el dolor es creado por el pensamiento, que el dolor es resultado del tiempo. Hace tres años yo tenía a mi hermano, pero murió; ahora estoy solo, sufro, no tengo a quien recurrir en busca de consuelo o compañía, y eso hace brotar lágrimas de mis ojos.

Puede ver cómo ocurre todo esto dentro de usted mismo si lo observa. Puede verlo plenamente, completamente de una ojeada, no necesita tiempo para analizarlo. Puede ver en un instante que toda la estructura y naturaleza de esta pequeña y mezquina cosa llamada "mi": mis lágrimas, mi familia, mi nación, mi creencia, mi religión, esta fealdad está totalmente dentro de usted. Cuando usted la ve con el corazón, no con la mente, cuando lo ve desde lo más hondo del corazón, entonces tiene la clave que pondrá fin al dolor.

El dolor y el amor no pueden ir juntos, aunque en el mundo cristiano hayan idealizado el sufrimiento poniéndolo en una cruz y adorándolo. Así dan a entender que usted nunca podrá escapar del sufrimiento si no es por esta puerta particular. Y ésta es toda la estructura de una sociedad religiosa basada en la explotación.

Así cuando usted pregunta qué es amor, puede ser que usted esté tan atemorizado que no entienda la respuesta. Esta podría significar el completo cataclismo; podría destruir la familia. Puede que usted descubra que no ama a su esposa o esposo, a sus hijos ¿en verdad los ama? Puede verse obligado a destruir la casa que ha edificado, puede que nunca regrese al templo.

Pero si aún quiere descubrir el amor, verá que el temor no es amor, que la dependencia no es amor, ni los celos son amor, ni tampoco el deseo de posesión y dominio; que la responsabilidad y el deber no son amor; que la propia compasión y la agonía de no ser amado no son amor; que el amor no es lo opuesto del odio, así como la vanidad no es lo opuesto de la humildad. De modo que si usted puede eliminar todo esto, no por la fuerza, sino lavándolo tal como la lluvia limpia una hoja del polvo de muchos días, entonces quizá encontrará esa extraña flor de la cual el hombre ha estado siempre hambriento.

Si usted no ha logrado el amor -no en gotas pequeñas, sino en abundancia- si no está rebosante de amor, el mundo irá al desastre. Usted sabe intelectualmente que la unión de la humanidad es esencial, y que el amor es el único camino; pero, ¿quién le va a enseñar a amar? ¿Alguna autoridad, algún sistema, algún método? Si alguien le dice cómo, ya no es amor. Puede usted decir: "Me dedicaré al ejercicio del amor, me sentaré día tras día a pensar en él; lo practicaré siendo bondadoso y gentil y esforzándome por darles mi atención a los otros". ¿Quiere usted decir qué puede disciplinarse para amar, ejercitar su voluntad para amar? Cuando usted se adiestre para amar mediante la disciplina y la voluntad, el amor se escapará por la ventana. Con la práctica de algún método o sistema, puede volverse extraordinariamente perspicaz o más bondadoso, o llegar a un estado de no-violencia, pero eso nada tiene que ver con el amor.

En este mundo árido, violentamente dividido, no hay amor porque el placer y el deseo juegan los papeles más importantes; no obstante, sin amor la vida cotidiana no tiene sentido. Y no puede haber amor si no hay belleza. La belleza no es algo que usted ve -no un hermoso árbol, un cuadro bonito, un bello edificio o una hermosa mujer-. Sólo hay belleza cuando el corazón y la mente conocen el amor. Sin amor y ese sentido de belleza, no hay virtud, y usted lo sabe muy bien; haga lo que haga, ya mejore la sociedad, ya alimente al pobre, estará creando más daño, pues sin amor, sólo habrá fealdad y pobreza en su corazón y en su mente. En cambio, cuando hay amor y belleza cualquier cosa que haga estará bien, estará en orden. Si usted sabe amar, puede hacer lo que quiera porque el amor resolverá todos sus problemas.

Así, hemos llegado a este punto: ¿Puede la mente dar con el amor, sin disciplina, sin pensamiento, sin esfuerzo, sin libro, sin maestro o líder alguno; dar con él como cuando uno se encuentra ante una hermosa puesta de sol?

A mí me parece que una cosa es absolutamente necesaria, y ésta es la pasión sin motivo, pasión que no es resultado de algún apego o compromiso, pasión que no es sensualidad. Un hombre que no sabe lo que es la pasión, nunca conocerá el amor, porque el amor sólo puede surgir cuando hay un total abandono de sí mismo.

Una mente que busca, no es una mente apasionada. Encontrarse con el amor sin buscarlo, es el único camino para llegar a él -encontrarse con él desprevenido y no como resultado de algún esfuerzo o experiencia-. Un amor así, usted descubrirá que no pertenece al tiempo; tal amor es tanto personal como impersonal, es a la vez el uno y los muchos. Como ante una flor que exhala su perfume, usted puede aspirar su fragancia o pasar de largo. Esa flor es para todos y para aquel que se toma el trabajo de olerla intensamente y de mirarla con deleite. Ya se encuentre uno muy cerca en el jardín, o se halle muy lejos, es lo mismo para la flor, porque está llena de ese perfume y así lo comparte con todos los demás.

El amor es algo nuevo, fresco, vital. No tiene ayer ni mañana; está más allá de la barahúnda del pensamiento. Sólo una mente inocente puede conocer el amor, y una mente así puede vivir en el mundo que no es inocente. Descubrir esta cosa extraordinaria que el hombre ha buscado incesantemente a través del sacrificio, del culto a otro, de la convivencia, del sexo, a través de toda forma de placer y de dolor, es sólo posible cuando el pensamiento llega a comprenderse a sí mismo y cesa de manera natural. Entonces el amor no tiene opuesto, entonces el amor no tiene conflictos.

Usted puede preguntar: "Si yo encuentro tal amor, ¿qué ocurrirá a mi esposa, a mis hijos, a mi familia? Ellos deben tener seguridad". Cuando usted plantea semejante problema, es que nunca ha salido del campo del pensamiento, del campo de la conciencia. Una vez que haya salido de ese campo, nunca hará tal pregunta, porque entonces conocerá el amor en que no existe el pensamiento y, por supuesto, tampoco el tiempo. Usted podrá sentirse hipnotizado y fascinado al leer esto, pero ir realmente más allá del pensamiento y del tiempo -lo que significa trascender al dolor- es darse cuenta de que existe una dimensión distinta llamada amor.

Pero usted no sabe cómo llegar a esta fuente extraordinaria; por tanto, ¿qué hace usted? Si no sabe qué hacer, uno no hace nada, ¿verdad? Absolutamente nada. Entonces usted está internamente en completo silencio. ¿Comprende lo que esto significa? Significa que usted no está ya buscando, ni deseando, ni persiguiendo nada; no hay centro en absoluto. Entonces hay amor.

CAPÍTULO XI

Mirar y Escuchar - El Arte - La Belleza - La Austeridad - Las Imágenes - Los Problemas - El Espacio

HEMOS ESTADO investigando la naturaleza del amor y hemos llegado a un punto en que creo se necesita ser mucho más consciente del asunto. Hemos descubierto que para la mayor parte de las personas el amor significa comodidad, seguridad, garantía de una continua satisfacción emocional para el resto de la vida. Entonces viene alguien y dice: "¿Es eso realmente amor?", y le hace preguntas y le dice que se mire por dentro, y usted trata de no mirarse porque eso sería muy perturbador -prefiere discutir acerca del alma, de la situación política o económica-. Pero cuando se le arrincona hasta obligarlo a mirar, se da cuenta de que lo que siempre he creído que es amor, no lo es en absoluto; que es sólo una mutua gratificación, una mutua explotación.

Cuando yo digo: "El amor no tiene mañana ni ayer", o "cuando no existe el centro, entonces hay amor", ello tiene realidad para mí, pero no para usted. Usted podrá citarlo y ponerlo en una fórmula, pero eso no tendrá validez. Tiene que verlo por usted mismo, pero para experimentarlo, debe tener libertad para mirar, estar libre de toda condenación, de todo juicio, de todo acuerdo o desacuerdo.

Ahora bien, mirar es una de las cosas más difíciles en la vida, también escuchar -mirar y escuchar son acciones idénticas-. Si las preocupaciones han cegado sus ojos, no pueden ver la belleza de la puesta de sol. Muchos de nosotros hemos perdido el contacto con la naturaleza. La civilización se dirige más y más hacia las grandes ciudades, nos urbanizamos más y más, viviendo en apiñados apartamentos, con muy poco espacio, sin poder mirar el cielo una tarde o una mañana, perdiendo así contacto con gran parte de la belleza. Yo no sé si han notado cuán pocos de nosotros nos detengamos a contemplar el amanecer o el crepúsculo, el brillo de la luz de la luna, o el reflejo de la luz sobre el agua.

Habiendo perdido contacto con la naturaleza, tendemos naturalmente a desarrollar las capacidades intelectuales. Leemos muchos libros, vamos a muchos museos y conciertos, vemos televisión y tenemos otras tantas diversiones. Citamos sin cesar las ideas de otros, y pensamos y hablamos demasiado acerca del arte. ¿Por qué dependemos tanto del arte? ¿Es ésta una forma de escape, un estimulante? Si estuviera directamente en contacto con la naturaleza; si observa el movimiento de las alas de un pájaro, o la belleza en cada movimiento del cielo, las sombras sobre las colinas, o la belleza en el rostro de otra persona, ¿piensa usted que querría ir a un museo para mirar algún cuadro? Tal vez porque no sabe mirar todas las cosas que le rodean, es que recurre a alguna forma de droga, que estimule para ver mejor.

Hay la anécdota de un maestro religioso que acostumbraba hablar cada mañana a sus discípulos. En una ocasión en que subió a la plataforma para empezar su charla matinal, llegó un pajarito, se posó en el alféizar de la ventana y empezó a cantar. Y cantó largo tiempo con gran aliento. Luego se detuvo y se fue volando. Y el maestro dijo: "Por esta mañana el sermón ha terminado".

Me parece a mí que una de nuestras mayores dificultades es ver con toda claridad no sólo las cosas exteriores, sino también la vida interior. Cuando decimos que vemos un árbol o una flor o una persona, ¿las vemos realmente? ¿O sólo vemos la imagen que la palabra ha creado? Es decir, ¿cuando usted contempla un árbol, o una nube en una tarde llena de luz y encanto, lo ve en realidad, no sólo con sus ojos y con el intelecto, sino totalmente, completamente?

¿Ha hecho alguna vez el experimento de mirar una cosa objetiva como un árbol, sin las asociaciones y el conocimiento que ha adquirido acerca de él, sin prejuicio o juicio alguno, sin las palabras que levantan una pantalla entre usted y el árbol y le impiden verlo como es en realidad? Trate de hacerlo y vea lo que realmente ocurre cuando observa el árbol con todo su ser, con la totalidad de su energía. En esa intensidad descubrirá que no hay observador en absoluto, hay atención únicamente. Cuando hay inatención es que existen el observador y lo observado. Cuando usted está mirando algo con toda su atención, no hay espacio para un concepto, una fórmula o un recuerdo. Es importante comprender esto, porque estamos entrando en un asunto que requiere investigación muy cuidadosa.

Tan sólo la mente que mira un árbol, o las estrellas, o los reflejos sobre las aguas de un río con total abandono de sí misma, es la que conoce lo que es la belleza; y cuando realmente estamos **viendo**, nos encontramos en un estado de amor. Generalmente conocemos la belleza a través de comparaciones, o a través de lo que los hombres han creado, lo cual significa que atribuimos la belleza a objetos. Veo un edificio que me parece hermoso, y aprecio esa belleza por mis conocimientos de arquitectura y porque lo comparo con otros edificios que he visto. Pero ahora me pregunto: "¿Hay belleza sin objeto?" Cuando hay un observador, que es el censor, el experimentador, el pensador, no hay belleza, porque se atribuye la belleza a algo externo, algo que el observador mira y juzga. Pero cuando no hay observador -y esto requiere intensa meditación e investigación- entonces se manifiesta la belleza sin el objeto.

La belleza consiste en la total abnegación del observador y lo observado. Y sólo puede haber semejante

abnegación cuando hay austeridad completa -no la austeridad del sacerdote con su dureza, sus sanciones, reglas y obediencia; no la austeridad en el vestir, en la alimentación, en las ideas y en la conducta- sino la austeridad de una sencillez absoluta que es la humildad cabal. Entonces no hay logros ni peldaños que escalar, sólo existe el primer paso y el primer paso es el paso perdurable.

Digamos que usted está caminando solo o con otra persona y que ha dejado de hablar. Está rodeado por la Naturaleza y no hay un perro que ladra, el ruido de un auto que pasa, ni aun el aleteo de un pájaro. Usted está completamente en silencio y la Naturaleza que lo rodea está también en completo silencio. En ese estado de silencio de ambos, el observador y lo observado -cuando el observador no está llevando al pensamiento lo que observa- en ese silencio hay una calidad distinta de belleza. No hay naturaleza ni observador. El estado de la mente es de completa y absoluta soledad, está sola -no en aislamiento- sola en quietud, y esa quietud es belleza. Cuando usted ama, ¿hay observador? Hay observador sólo cuando el amor es deseo y placer. Cuando el deseo y el placer no están asociados al amor, entonces el amor es intenso. Es como la belleza, algo totalmente nuevo cada día. Como ya he dicho antes, no tiene ayer ni mañana.

Sólo cuando vemos sin idea preconcebida, sin ninguna imagen, somos capaces de estar en contacto directo con algo en la vida. Todas nuestras relaciones son en efecto imaginarias, es decir, se apoyan en una imagen formada por el pensamiento. Si yo tengo una imagen de usted y usted tiene una imagen de mí, no nos vemos naturalmente como somos en realidad. Lo que vemos son las imágenes que hemos formado uno del otro. Estas impiden el contacto entre nosotros y por ese motivo nuestras relaciones fracasan.

Cuando digo que no lo conozco, quiero decir que lo conocí ayer. No lo conozco realmente **ahora**. Todo lo que conozco es mi imagen de usted. Esa imagen está compuesta de lo que usted ha dicho para alabarme o para insultarme, de lo que usted me ha hecho, es decir, de todos los recuerdos que tengo de usted. Y la que usted tiene de mí se ha creado en la misma forma. Y son estas imágenes las que sostienen la relación e impiden que nos comuniquemos realmente. Cuando dos personas han vivido juntas por largo tiempo, ambas crean una imagen de la otra, que les impide sostener la verdadera relación. Si sabemos lo que es relación, podremos cooperar, pero no es posible que haya cooperación a través de imágenes, símbolos o de conceptos ideológicos. Sólo hay una posibilidad de amor cuando comprendamos la verdadera relación entre uno y otro, pero el amor se desconoce cuando tenemos imágenes. Por tanto, es importante que usted comprenda no intelectualmente, sino de **hecho** en la vida diaria, cómo ha creado sus imágenes de la esposa, el esposo, el vecino, el hijo, el país, los líderes, los políticos, los dioses, y usted sólo tiene imágenes.

Estas imágenes crean el espacio entre usted y lo que observa, y en ese espacio hay conflicto, de modo que vamos ahora a examinar juntos si es posible librarnos de ese espacio que creamos, no sólo fuera, sino también dentro de nosotros mismos, el espacio que divide a las personas en todas las relaciones.

Ahora bien, la misma atención que usted brinda a un problema, es la energía que resuelve ese problema. Cuando usted le da su completa atención -es decir, atención con todo lo que es usted- no hay observador en absoluto. Sólo existe el estado de atención que es total energía, y esa energía total es la más alta forma de inteligencia. Por supuesto que la mente debe estar en completo silencio, y ese silencio, esa quietud, viene cuando hay atención total, no una quietud disciplinada. Este pleno estado de silencio, en que no hay el observador ni la cosa observada, es la más alta forma de mente religiosa. Pero lo que ocurre en ese estado no puede ponerse en palabras, porque lo que se dice con palabras no es el hecho. Para descubrir ese hecho, usted mismo tiene que vivenciarlo.

Todo problema se relaciona con otro, de modo que si usted puede resolver un problema en su totalidad -no importa cuál sea- verá que es capaz de enfrentarse a los demás fácilmente y resolverlos. Estamos hablando, por supuesto, de problemas psicológicos. Hemos visto que el problema existe sólo en el tiempo que es cuando lo afrontamos de manera incompleta. Por lo tanto, no sólo debemos ser conscientes de la naturaleza y estructura del problema y verlo totalmente, sino afrontarlo tan pronto surge y resolverlo de inmediato para evitar que eche raíces en la mente. Si permitimos que el problema se extienda por un mes o un día, aun por pocos minutos, distorsiona la mente. ¿Será entonces posible afrontar el problema de inmediato, sin distorsión alguna y verse libre de él instantáneamente, completamente, sin permitir que ningún recuerdo, ningún rasguño, permanezca en la mente? Esos recuerdos son las imágenes que llevamos a cuestas, y son esas imágenes las que se enfrentan a esa cosa extraordinaria llamada vida, y así surge la contradicción y de ahí el conflicto. La vida es muy real, la vida no es una abstracción, y cuando usted la conoce a través de imágenes, hay problemas.

¿Es posible enfrentarse a cada problema sin ese intervalo de espacio-tiempo, sin esa brecha entre usted mismo y la cosa que causa miedo? Sólo es posible cuando el observador no tiene continuidad, el observador, que es el constructor de la imagen, el observador, que es una colección de recuerdos e ideas, que es un manojo de abstracciones.

Cuando usted mira a lo alto, usted está ahí mirando las estrellas en el cielo, el cielo poblado de brillantes estrellas. Se siente una brisa fresca, y ahí está usted, el observador, el experimentador, el pensador, usted, con su corazón afligido, usted, el centro, creando espacio. Usted nunca comprenderá ese espacio entre usted y las estrellas,

entre usted y su esposa o esposo, o amigo, porque jamás ha mirado sin la imagen, y por eso usted no sabe qué es la belleza ni qué es el amor. Habla de él, escribe acerca de él, pero nunca lo ha conocido, salvo quizá en raros intervalos de total abandono de sí mismo. Mientras haya un centro creando espacio a su alrededor, no habrá amor ni belleza. Cuando no hay centro ni circunferencia, entonces hay amor. Y cuando usted ama, usted ES belleza.

Cuando usted mira un rostro de frente, está mirando desde un centro, y el centro crea el espacio entre persona y persona. Por ese motivo nuestras vidas son tan vacías y encallecidas. Usted no puede cultivar el amor o la belleza, ni puede inventar la verdad, pero si siempre está alerta a lo que hace, cultiva el estado de ser consciente (awareness), y desde ese estado empezará a ver la naturaleza del placer, del deseo y del dolor, así como también la absoluta soledad y aburrimiento del hombre. Entonces comenzará a acercarse a esa cosa llamada “el espacio”.

Si hay espacio entre usted y el objeto que está observando, sabrá que no hay amor, y que sin amor, por mucho que usted trate de reformar el mundo, o producir un nuevo orden social, o por mucho que hable acerca de mejorarlo, sólo creará agonía. De modo que el problema es suyo. No hay líder, no hay maestro, nadie que le diga qué hacer. Usted está solo en este mundo insensato y brutal.

CAPÍTULO XII

El Observador y lo Observado

POR FAVOR, siga conmigo un poco más adelante. Puede que este asunto sea más bien complejo, más bien sutil, pero, por favor, continúe examinándolo.

Cuando yo construyo una imagen de usted o de alguna otra cosa, soy capaz de observar esa imagen; por lo tanto, está la imagen y el observador de ella. Digamos que veo a alguien con una camisa roja, y mi reacción inmediata es que me gusta o que no me gusta. El que me guste o no, es resultado de mi cultura, mi adiestramiento, mis asociaciones, mis inclinaciones, mis características adquiridas o heredadas. Es desde este centro que observo y juzgo, y así el observador está separado de la cosa observada.

Pero el observador se da cuenta de más de una imagen; él crea miles de imágenes. Sin embargo, ¿es el observador diferente de esas imágenes? ¿No es él simplemente otra imagen? Siempre esta sumando y restando de lo que es él. Es algo viviente que continuamente esta pesando, comparando, juzgando, modificando y cambiando, como resultado de presiones tanto de afuera como de su interior, vive en el campo de la conciencia, que es su propio conocimiento, influencia, he innumerables conjeturas.

Al mismo tiempo, cuando usted mira al observador que es usted mismo, ve que está hecho de recuerdos, experiencias, accidentes, influencias, tradiciones y de una infinita variedad de sufrimientos, todo lo cual es el pasado. Así, el observador es ambas cosas: el pasado y el presente, y el mañana que está por llegar, es también parte de él mismo. Está medio vivo y medio muerto, y con esta vida y muerte está mirando, con la hoja viva y muerta. Y en ese estado mental que esta dentro del campo del tiempo, usted (el observador), mira el temor, los celos, la guerra, la familia (esa fea entidad encerrada en sí misma, que se llama familia) y trata de resolver el problema de lo observado que es el reto, lo nuevo. Usted está siempre interpretando lo nuevo en términos de lo viejo y por ese motivo se halla en conflicto eternamente.

Una imagen, el observador, observa docenas de otras imágenes a su alrededor y dentro de sí mismo, y dice: “Me gusta esta imagen, la conservaré”; o “no me gusta esa imagen, la desecharé”. Pero el observador mismo esta compuesto de las varias imágenes que han surgido como reacción a otras diversas imágenes. Y así llegamos a un punto en que podemos decir: “El observador es también la imagen, sólo que se ha separado de ella y observa”. Este observador nacido de otras imágenes diversas, se considera permanente y hay una división, un intervalo de tiempo, entre él mismo y las imágenes que ha creado. De aquí surge el conflicto entre él y las imágenes que, según piensa, son la causa de sus dificultades. Entonces dice: “Debo deshacerme de este conflicto”, pero el mismo deseo de desembarazarse del conflicto crea otra imagen.

El ser consciente (to be aware) de este hecho, que es la verdadera meditación, ha revelado la existencia de una imagen central, compuesta de todas las otras imágenes, y esta imagen central, el observador, es el censor, el experimentador, el evaluador, el juez que quiere conquistar o subyugar las otras imágenes o destruirlas por completo. Las otras imágenes son el resultado de los juicios, opiniones y conclusiones del observador, y éste es el resultado de todas las otras imágenes -por lo tanto, el observador **es** lo observado-.

Así, pues, el ser consciente (awareness) ha revelado estados mentales diferentes; ha descubierto las diversas imágenes y la contradicción entre ellas; ha puesto de manifiesto el conflicto resultante y la desesperación de no poder hacer algo con éste, también los varios intentos por escapar de él. Todo ello se ha revelado por medio de un estado de ser consciente, pero cauteloso y titubeante. Luego viene un estado en que se es consciente de que el observador **es** lo observado. No es una entidad superior la que llega a darse cuenta de esto; no es un ser superior (la entidad superior, el yo superior son simples invenciones, que son también imágenes); es el mismo estado de ser consciente (awareness) lo que había revelado que el observador es lo observado.

Si usted se hace una pregunta, ¿quién es la entidad que va a recibir la respuesta? ¿Y quién es la entidad que va a investigar? Si la entidad es parte de la conciencia, parte del pensamiento, entonces es incapaz de descubrirlo. Lo único que puede descubrirlo es un estado de ser consciente (awareness). Pero si en ese estado hay aun una entidad que dice: “Debo darme cuenta, debo practicar para estar alerta”, esa es también otra imagen.

El darse cuenta de que el observador es lo observado no es un proceso de identificación con lo observado. Identificarnos con alguna cosa es demasiado fácil. La mayoría de nosotros nos identificamos con algo -con nuestra familia, nuestro esposo o esposa, nuestra nación- y eso causa gran aflicción y grandes guerras. Estamos examinando algo enteramente distinto, y debemos comprenderlo no verbalmente, sino corazón adentro, directamente en la raíz de nuestro ser. En la antigua China, antes que un artista empezara a pintar cualquier cosa -un árbol, por ejemplo- se sentaba frente a él por días, meses, años, no importaba cuánto tiempo, hasta que él **era** el árbol. No se identificaba con el árbol sino que era el árbol. Esto significa que no había espacio entre él y el árbol, ningún espacio entre el observador y lo observado, no había experimentador percibiendo la belleza, el movimiento, las sombras, la profundidad de una hoja, la calidad del color. Él era totalmente el árbol, y solo en ese estado podía pintar.

Cualquier movimiento de parte del observador, si no se ha dado cuenta de que el observador es lo observado, crea solamente otra serie de imágenes, y de nuevo se ve cogido en ellas. Pero ¿qué ocurre cuando el observador se da cuenta de que el observador es lo observado? Vaya lentamente, siga bien despacio, porque ahora tratamos de penetrar en algo muy complejo. ¿Qué ocurre? El observador no actúa en absoluto. El observador ha dicho siempre: "Debo hacer algo con estas imágenes, debo suprimirlas o darle una forma diferente". Siempre está activo respecto de lo observado, actuando o reaccionando de manera apasionada o casual, y esta acción de agrado o desagrado la llaman acción positiva. "Me gusta; por lo tanto, debo conservarla. Me disgusta; por lo tanto, debo desecharla". Pero cuando el observador se da cuenta de que la cosa con respecto a la cual está actuando es **él mismo**, entonces ya no hay conflicto entre él y la imagen. Él es eso. No están separados. Cuando había separación entre ambos, actuaba o trataba de actuar, de hacer algo al respecto, pero cuando el observador se da cuenta de que él es eso, ya no hay agrado ni desagrado, y el conflicto cesa.

¿Para qué actuar? Si algo **es** usted mismo, ¿qué puede hacer con ello? No puede revelarse, ni huir, ni siquiera aceptar. Está **ahí**. Por lo tanto, termina toda acción que sea consecuencia de reacción al agrado o desagrado.

Entonces descubrirá que hay un estado de ser consciente (awareness) que se ha vuelto tremendamente vital. No está sujeto a ningún problema central o a ninguna imagen, y de la intensidad de ese estado de ser consciente surge una calidad diferente de atención y, por lo tanto, la mente -por ser ella ese estado de ser consciente- se ha vuelto extraordinariamente sensible e inteligente en grado sumo.

CAPÍTULO XIII

¿Qué es el pensar? - Las Ideas y la Acción - El Reto - La Materia - El Origen del Pensamiento

Entremos ahora en la investigación de lo que es el pensar, el significado de ese pensamiento que debe emplearse con cuidado, con lógica y cordura (en nuestro trabajo diario), y aquel que no tiene importancia alguna. A menos que conozcamos bien ambas clases, no podremos comprender algo mucho más profundo, que el pensamiento no puede tocar. Tratemos, pues, de comprender toda esta compleja estructura de lo que es el pensar, qué es la memoria, cómo se origina el pensamiento y cómo condiciona todas nuestras acciones. Al comprender todo esto tal vez lleguemos a encontrarnos con algo que el pensamiento nunca ha descubierto, y a lo cual no puede abrirle la puerta.

¿Por qué ha llegado a ser el pensamiento tan importante en nuestras vidas -el pensamiento que es sólo ideas, que es la respuesta a los recuerdos acumulados en las células del cerebro-? Tal vez muchos de ustedes ni siquiera se han formulado tal pregunta, o si lo han hecho puede que hayan dicho: “Es de muy poca importancia: lo importante es la emoción”. Pero yo no veo cómo pueden separarse los dos. Si el pensamiento no da continuidad al sentimiento, éste muere con gran rapidez. Entonces, ¿Por qué en nuestras vidas diarias, nuestras vidas rutinarias, aburridas y atemorizadas, ha asumido el pensamiento importancia tan desmedida? Pregúnteselo usted mismo, como yo me lo estoy preguntando: ¿por qué es uno esclavo del pensamiento, del sagaz e ingenioso pensamiento, que puede organizar, poner en marcha muchas cosas, que ha inventado tanto, engendrado tantas guerras, creando tanto temor, tanta ansiedad, que está siempre fabricando imágenes y persiguiendo su propio rabo; el pensamiento que ha disfrutado el placer del ayer, dándole continuidad en el presente y también en el futuro; el pensamiento que siempre esta activo, charlando, moviéndose, construyendo, añadiendo, quitando, suponiendo?

Las ideas se han vuelto mucho más importantes para nosotros que la acción; las ideas tan ingeniosamente expresadas en los libros por los intelectuales de todos los campos. Mientras más artificiosas y sutiles son esas ideas, más le rendimos culto, así como a los libros que las contienen. Nosotros **somos** esos libros, **somos** esas ideas porque hemos sido sumamente condicionados por ellos. Siempre estamos discutiendo ideas e ideales y ofreciendo opiniones dialécticamente. Toda religión tiene su dogma, su fórmula, su propio andamiaje para llegar a los dioses. Y cuando inquirimos acerca del origen del pensamiento, estamos cuestionando la importancia de toda esta estructura de ideas. Hemos separado las ideas de la acción, porque las ideas son siempre del pasado, y la acción es siempre del presente. Es decir, el vivir es de manera invariable el presente. Tenemos miedo a vivir, y por eso el pasado, como ideas, se ha vuelto tan importante para nosotros.

Es en realidad muy interesante observar la operación de nuestro propio pensar, simplemente observar cómo se piensa, de dónde nace esa reacción a la que llamamos pensar. Es evidente que viene de la memoria. ¿Hay en efecto un origen del pensamiento? Si lo hay, ¿podemos descubrir ese origen, es decir, el de la memoria, porque si no tuviéramos memoria no tendríamos pensamiento?

Hemos visto cómo el pensamiento alimenta y da continuidad a un placer que tuvimos ayer, y cómo lo contrario del placer, que es el dolor y temor, también se nutre del pensamiento. De modo que el experimentador, que es el pensador, ES el placer y el dolor y asimismo la entidad que nutre al placer y al dolor. El pensador separa el placer del dolor. No ve que con la misma búsqueda del placer está atrayendo al dolor y al temor. En las relaciones humanas el pensamiento está siempre exigiendo placer, que encubre con diferentes palabras tales como lealtad, ayuda, donación, sostenimiento, servicio. Yo me pregunto por qué queremos servir. La estación de gasolina ofrece buen servicio. ¿Qué significan las palabras ayudar, dar, servir? ¿Qué hay en todo esto? ¿Acaso una flor llena de belleza, luz y encanto dice: “Estoy dando, ayudando, sirviendo”? ¡Ella ES! Y porque no está tratando de hacer nada, su belleza cubre la tierra.

El pensamiento es tan astuto, tan ingenioso, que distorsiona todo para su propia conveniencia. La urgencia de placer lo lleva a su propia esclavitud. El pensamiento engendra dualidad en todas nuestras relaciones. En nosotros está la violencia que nos da placer, pero hay también deseo de paz, de ser amable y gentil. Esto es lo que sucede siempre en nuestras vidas. El pensamiento no sólo engendra esta dualidad en nosotros, esta contradicción, sino que también acumula los innumerables recuerdos placenteros y dolorosos que hemos tenido, y nace de nuevo en virtud de estos recuerdos. Así, pues, el pensamiento es el pasado, el pensamiento es siempre viejo, como ya lo he dicho antes.

Como nos enfrentamos a todo reto en términos del pasado -siendo el reto siempre lo nuevo- nuestro encuentro con el reto siempre es totalmente inadecuado; de aquí la contradicción, el conflicto, la desdicha y el dolor, que es nuestra herencia.

Nuestro pequeño cerebro está en conflicto con todo lo que hace. Ya sea que aspire, imite, se reprima, se adapte, se ensalce, tome drogas para expansionarse -haga lo que haga- se encuentra en estado de conflicto y producirá conflicto.

Aquellos que piensan mucho son muy materialistas, porque el pensamiento es materia. El pensamiento es materia tanto como el piso, la pared, el teléfono. La energía que funciona dentro de un patrón se vuelve materia. Hay energía y hay materia; eso es lo que constituye toda vida. Podemos pensar que el pensamiento no es materia, pero sí lo es. Como idea es materia. Donde hay energía, ésta se vuelve materia. La materia y la energía están relacionadas entre sí. La una no puede existir sin la otra, y mientras más armonía hay entre las dos, más equilibrio y más actividad hay en las células del cerebro. El pensamiento ha establecido este patrón de placer, dolor, temor y dentro de él ha estado actuando durante miles de años. No puede romper el patrón porque él lo ha creado.

El pensamiento no puede ver un hecho nuevo. Puede comprenderlo más tarde, verbalmente, pero la comprensión de un hecho nuevo no es realidad para él. Jamás puede resolver el pensamiento un problema psicológico. Por listo, astuto, erudito que sea, no importa la estructura que haya creado por medio de la ciencia o por un cerebro electrónico, o a través de la compulsión o la necesidad, el pensamiento nunca es nuevo, y, por lo tanto, jamás podrá dar respuesta a una pregunta que sea realmente importante, El viejo cerebro no puede resolver el enorme problema del vivir.

El pensamiento es tramposo porque puede inventar cualquier cosa, y ver cosas que no son. Puede hacer funcionar los trucos más extraordinarios y, por lo tanto, no es confiable. Pero si usted comprende toda la estructura de cómo usted piensa, por qué piensa, las palabras que usa, la manera en que se conduce en la vida diaria, la forma de hablar y de tratar a la gente, sus hábitos de caminar, de comer; si usted se da cuenta de todas estas cosas, su mente no lo engañará; entonces no hay engaño posible. La mente, entonces, no es algo que exige, que subyuga; se vuelve extraordinariamente serena, flexible, sensible, solitaria, y en ese estado no habrá decepción alguna.

¿Ha notado usted alguna vez que cuando se halla en estado de completa atención cesa el observador, el pensador, el centro, el "yo"? En ese estado de atención, el pensamiento empieza a desvanecerse.

Si se quiere ver una cosa con mucha claridad, la mente debe estar muy serena, sin prejuicios, sin el charloteo, el diálogo, las imágenes y las representaciones -todo esto hay que desecharlo para mirar-. Y es únicamente en el silencio que puede usted observar el origen del pensamiento no cuando está buscando, haciendo preguntas, deseando una respuesta. Así, pues, solamente cuando usted esté en completa quietud, en todo su ser, y después que se haya hecho la pregunta: "¿Cuál es el origen del pensar?", sólo entonces comenzará usted a ver desde ese silencio, cómo se va formando el pensamiento.

Si uno se da cuenta de cómo el pensamiento se origina, no necesitamos controlar el pensamiento. Gastamos mucho tiempo y perdemos mucha energía no sólo en la escuela, sino a lo largo de toda la vida, tratando de controlar nuestros pensamientos: "Este es un buen pensamiento, debo pensar más en él; éste es un mal pensamiento, debo suprimirlo". En todo momento hay una lucha entre un pensamiento y otro, y entre un deseo y otro, un goce dominando todos los demás. Pero si somos conscientes del origen del pensamiento, no habrá contradicción en él.

Ahora bien, cuando usted oye una afirmación como "El pensamiento es siempre lo viejo", o "El tiempo es dolor", el pensamiento empieza a traducirlo e interpretarlo. Pero ambos procesos, traducir o interpretar, se basan en el conocimiento y la experiencia del ayer, de modo que usted traducirá todo invariablemente de acuerdo con su condicionamiento. Pero si mira esas afirmaciones y no las interpreta, sino que sólo les da su completa atención (no su concentración), descubrirá que no existe el observador ni lo observado, el pensador ni el pensamiento. No diga: "¿Quién empezó primero?" Este es un argumento sagaz que no lleva a ninguna parte. Puede observar en usted mismo que en tanto no hay pensamiento -lo cual significa que la mente se halla en blanco o en estado de amnesia- mientras no hay pensamiento derivado de la memoria, de la experiencia o del conocimiento (todo lo cual pertenece al pasado) no hay pensador en absoluto. Esto no es un asunto filosófico o místico. Estamos bregando con hechos reales y usted verá, si ha llegado hasta aquí en este viaje, que responderá a cada reto, no con el viejo cerebro, sino en forma totalmente nueva.

CAPÍTULO XIV

El Peso del Ayer - La Mente Serena - La Comunicación - La Realización - La Verdad y la Realidad

Generalmente disfrutamos de muy poca soledad interna en nuestras vidas. Aun cuando nos encontramos solos, estamos presionados por tantas influencias, tantos conocimientos, recuerdos de tantas experiencias, tanta ansiedad, desdicha y conflicto, que nuestras mentes se vuelven más y más torpes, más y más insensibles y actúan sólo a través de una monótona rutina. ¿Estamos solos alguna vez? ¿O estamos cargando con todos los fardos del ayer?

Se cuenta una fina anécdota de dos monjes que caminaban de un pueblo a otro y encuentran a una joven llorando a orillas de un río. Uno de los monjes se acerca a ella y le dice: "Hermana, ¿Por qué estás llorando?" Ella contesta: "¿Ve usted esa casa al otro lado del río? Vine esta mañana temprano, y no tuve dificultad en cruzarlo, pero ahora el río ha crecido y no puedo regresar. No hay ningún bote". "¡Oh!", -dice el monje- "eso no es ningún problema". La levanta en brazos y cruza el río, dejándola en la orilla opuesta. Y los dos monjes siguen su camino. Después de un par de horas, dice el otro monje: "Hermano, hemos hecho voto de nunca aproximarnos a una mujer; has cometido un terrible pecado. ¿No sentiste placer, una gran sensación, al tocar a esa mujer?" Y el otro monje replico: "Yo la dejé atrás hace dos horas. Tú, la sigues cargando, ¿no es así?"

Esto es lo que hacemos. Siempre llevamos nuestra carga; nunca morimos para ella, nunca la dejamos atrás. Sólo disfrutamos de soledad interna cuando damos completa atención a cada problema y lo resolvemos **inmediatamente** sin arrastrarlo hasta el próximo día, hasta el próximo minuto. Entonces, aunque vivamos en una casa llena de gente o viajemos en autobús, tendremos soledad interna. Y esta soledad interna revela una mente fresca, una mente inocente.

Tener espacio y soledad interior es muy importante porque implica libertad de ser, de moverse, de ejercer actividad, de volar. Después de todo, la bondad sólo puede florecer en espacio, así como la virtud sólo puede florecer en libertad. Puede que haya libertad política, pero no libertad interna; entonces no habrá espacio. Ninguna virtud, ninguna cualidad que valga la pena puede manifestarse o crecer sin este vasto espacio dentro de nosotros mismos. Y el espacio y el silencio son necesarios porque la mente cuando está sola sin ser influenciada, adiestrada, sostenida por una infinita variedad de experiencias, puede encontrarse con algo totalmente nuevo.

Uno puede ver de manera directa que sólo es posible la claridad cuando la mente está silenciosa. Todo propósito de la meditación en el Oriente es producir tal estado interior -es decir, controlar el pensamiento, que es lo mismo que repetir constantemente una oración para aquietar la mente, esperando en ese estado mental comprender nuestros problemas-. Pero a menos que uno eche primero los cimientos librándose del temor, del dolor, de la ansiedad, de todas las artimañas empleadas por uno y contra uno mismo, no sé cómo pueda la mente aquietarse en realidad. Esta es una de las cosas más difíciles de comunicar. La comunicación entre nosotros implica, ¿no es así?, que no sólo debe usted comprender las palabras que estoy usando, sino que ha de haber la misma intensidad en usted y yo, al mismo tiempo, ni un momento antes ni un momento después, y que seamos capaces de encontrarnos uno con otro en el mismo nivel. Y tal comunicación es imposible cuando usted está interpretando lo que lee de acuerdo con su propio conocimiento, su placer u opiniones, o cuando está haciendo un tremendo esfuerzo por comprender.

Me parece que uno de los mayores escollos en la vida es esta constante lucha por lograr, por alcanzar algo, por adquirir. Se nos ha adiestrado así desde la niñez; las mismas células cerebrales crean y exigen este patrón de logro, con objeto de obtener seguridad física, pero la seguridad psicológica no está dentro de su patrón. Tenemos urgencia de seguridad en todas nuestras relaciones, actitudes y actividades, pero como hemos visto, no existe realmente esa cosa que llamamos seguridad. Descubrir por uno mismo que no hay forma alguna de seguridad en ninguna relación -darse cuenta de que psicológicamente no hay nada permanente- nos permite acercarnos a la vida de manera totalmente distinta. Es esencial, por supuesto, tener seguridad exterior -techo, ropa y sustento- pero esa seguridad exterior se destruye con una urgencia de seguridad psicológica.

El espacio y el silencio son necesarios para ir más allá de las limitaciones de la conciencia, pero, ¿cómo puede una mente aquietarse si está incesantemente activa con sus propios intereses? Uno puede disciplinarla, controlarla, moldearla, pero tal tortura no la aquieta; simplemente la entorpece. Es obvio que la mera persecución del ideal hacia el logro de silenciar la mente no tiene valor alguno, porque mientras más la presionamos, más estrecha e inactiva se vuelve. El control en cualquier forma, como la represión, sólo produce conflicto. Por lo tanto, no son medios de silenciar la mente el control y la disciplina exterior; pero tampoco tiene valor alguno una vida indisciplinada.

En la mayoría de nosotros, la vida está exteriormente disciplinada por las exigencias de la sociedad, de la familia, por nuestro propio sufrimiento, por nuestra propia experiencia, por nuestra conformidad a cierta ideología o patrones establecidos, pero esa forma de disciplina es la cosa más destructiva. La disciplina debe surgir sin control, sin represión, sin ninguna forma de temor. ¿Cómo se logra esta disciplina? No viene la disciplina primero y después la libertad; la libertad está en el comienzo mismo, no al final. El comprender esta libertad, que implica no estar sujeto a la conformidad de la disciplina, es por sí la disciplina. El mismo acto de aprender es disciplina (después de todo, la

raíz de la palabra disciplina significa aprender), el mismo acto de aprender se vuelve claridad. Para comprender toda la naturaleza y estructura del control, la represión y la indulgencia, se requiere atención. Usted no tiene que imponerse una disciplina para estudiarla; el mismo acto de estudiar produce su propia disciplina, en la cual no hay represión.

Con objeto de negar la autoridad (estamos hablando de la autoridad psicológica, no de la ley), para negar la autoridad de todas las organizaciones religiosas, tradiciones y experiencias, uno tiene que ver por qué normalmente obedece, y examinar esto de verdad. Y para hacerlo se debe estar libre de condenación, justificación, opinión o aceptación. Pero no podemos aceptar la autoridad y a la vez estudiarla -esto es imposible. Para estudiar toda la estructura psicológica de la autoridad, dentro de nosotros mismos, debe haber libertad. Y cuando la estamos estudiando, estamos negando toda la estructura; y cuando de hecho la negamos, esta misma negación es la luz de la mente que está libre de toda autoridad. Negar todas las cosas que se han considerado valiosas, tal como la disciplina externa, el liderazgo, el idealismo, es estudiarlas. Entonces este mismo acto de estudiar es no sólo disciplina, sino también su negación, y tal negación es un acto positivo. Estamos, pues, negando todas esas cosas que se consideran importantes con objeto de lograr la quietud de la mente.

Así, vemos que no es el control lo que conduce a la quietud. Ni está quieta la mente cuando tiene un objeto que la observe en tal forma que se siente perdida en dicho objeto. Esto es como darle a un niño un juguete interesante; se aquieta; pero quítele el juguete y volverá a sus travesuras. Todos tenemos nuestros juguetes que nos absorben y creemos que estamos muy tranquilos. Pero si un hombre está dedicado a cualquier clase de actividad, científica, literaria o de otro tipo, el juguete simplemente lo absorbe; él no está en realidad sereno.

El único silencio que conocemos es aquel que se produce cuando el ruido ha cesado, cuando los pensamientos se detienen, pero esto no es silencio. El silencio es algo enteramente distinto, como la belleza, como el amor. Y este silencio no es producto de una mente sosegada, no es producto de las células cerebrales que han entendido toda la estructura y dicen: “Por el amor de Dios, esténse quietas”. En este caso las células producen el silencio y eso no es silencio. Tampoco lo es el resultado de la atención en que el observador es lo observado; entonces no hay fricción, pero eso no es silencio.

Usted espera que yo le describa ese silencio para poder compararlo, interpretarlo, llevarselo y enterrarlo. Pero no puede describirse. Lo puede ser descrito es lo conocido. Y sólo es posible librarse de lo conocido cuando uno muere a lo conocido todos los días, muere a los insultos, a las adulaciones, a todas las imágenes que ha creado, a todas las experiencias; morir cada día para que las células mismas del cerebro se rejuvenezcan y sean lozanas, inocentes. Pero esa inocencia, esa frescura, esa cualidad de ternura y suavidad, no produce amor; esa no es la cualidad de la belleza o del silencio.

Ese silencio, que no es el silencio de la cesación del ruido, es sólo un pequeño comienzo. Es como entrar por un estrecho agujero y salir a un enorme, extenso y vasto océano, o un estado inconmensurable sin tiempo. Pero usted no puede comprender esto verbalmente, a menos que haya comprendido toda la estructura de la conciencia y el significado del placer, del dolor y la desesperación, y que las mismas células cerebrales se hayan aquietado. Entonces, tal vez usted llegue a dar con ese misterio que nadie puede revelarle y nada puede destruir. Una mente viva es una mente quieta, una mente viva es una mente sin centro y, por lo tanto, sin espacio ni tiempo. Una mente así es ilimitada. Y esa es la única verdad, la única realidad.

CAPÍTULO XV

La Experiencia - La Satisfacción - La Dualidad - La Meditación

TODOS deseamos experiencia de cualquier tipo: la experiencia mística, la religiosa, la sexual, la experiencia de tener mucho dinero, poder, posición, dominio. Cuando envejecemos, puede ser que hayamos terminado con las urgencias de los apetitos físicos, pero entonces exigimos experiencias de mayor alcance, más profundas y significativas. Y ensayamos varios métodos para obtenerlas -ensanchar nuestra conciencia, por ejemplo, que es más bien un arte, o tomar varias clases de drogas-. Este viejo truco ha existido desde tiempo inmemorial: masticar cierta clase de hojas, o experimentar con los últimos adelantos de la química para producir una alteración temporal en la estructura de las células cerebrales, una mayor capacidad sensitiva, y una más elevada percepción que nos revelen una semblanza de realidad. Pero este deseo urgente de más y más experiencias muestra la pobreza interior del hombre. Pensamos que así podremos escapar de nosotros mismos, pero estas experiencias están condicionadas por lo que somos. Si la mente es mezquina, celosa, codiciosa, aunque tome la droga más reciente, sólo verá su propia y limitada creación, las pequeñas proyecciones que emanan de su mismo trasfondo condicionado.

La mayoría de nosotros ansiamos experiencias que nos satisfagan completamente, experiencias perdurables que no puedan ser destruidas por el pensamiento, de modo que tras estos reclamos de experiencia está el deseo de satisfacción, y este mismo deseo dicta la experiencia; por lo tanto, no sólo tenemos que comprender todo este asunto de la satisfacción, sino también la cosa que experimentamos. Se siente gran placer cuando se está bien satisfecho, y mientras más perdurable, extensa y profunda es la experiencia, más agradable es. Así, pues, el placer dicta la forma de experiencia que requerimos, y es el placer la medida con que la valoramos. Lo que tiene medida está dentro de los límites del pensamiento y se presta para crear ilusión. Usted puede tener maravillosas experiencias y, sin embargo, estar por completo engañado. Inevitablemente sus visiones se acomodarán a su condicionamiento; verá al Cristo o al Buda o aquel en quien cree, y mientras más vigorosa sea su capacidad para creer, más potentes serán sus visiones, las proyecciones de sus propios deseos y urgencias.

Por esta razón, si al buscar algo tan fundamental como la verdad, el placer es la medida, usted ya tiene proyectado lo que esa experiencia ha de ser, pero, desde luego, ya no será válida.

¿Qué es para nosotros la experiencia? ¿Hay algo nuevo u original en ella? La experiencia es un manojo de memoria que responde a un reto. La experiencia sólo puede reaccionar de acuerdo con su trasfondo, y mientras más hábil sea usted para interpretar la experiencia, más extensas serán las respuestas. Por lo tanto, usted tiene que cuestionar su propia experiencia además de la del otro. Si no reconoce una experiencia, no es experiencia en absoluto. Y para reconocerla tiene que haber pasado por ella; de no ser así usted no la reconocería. Usted identifica una experiencia como buena, mala, hermosa, sagrada, etc., de acuerdo con su condicionamiento, de modo que el reconocerla así es inevitablemente un acto del pasado.

Cuando deseamos una experiencia de la realidad como nos sucede a todos -¿No es cierto?- para pasar por ella, debemos conocerla, y tan pronto la reconocemos, es que ya la habíamos proyectado y, por lo tanto, no es real, ya que está dentro del campo del pensamiento y del tiempo. Si el pensamiento puede pensar acerca de la realidad, esa no puede ser realidad. No podemos reconocer una **nueva** experiencia. Es imposible. Sólo reconocemos lo que ya hemos conocido; entonces cuando afirmamos haber tenido una nueva experiencia, no es nueva en absoluto. El buscar una experiencia ulterior por la expansión de la conciencia, como se hace a través de las drogas psicodélicas, es un hecho que se halla dentro del campo de la conciencia y, por supuesto, muy limitado.

Así, pues, hemos descubierto una verdad fundamental, o sea, que la mente está buscando y anhelando una experiencia más extensa y profunda, es una mente superficial y torpe, porque vive siempre de sus recuerdos.

Ahora bien, si no tuviéramos ninguna experiencia, ¿qué nos ocurriría? Dependemos de experiencias, de retos, para mantenernos despiertos. Si no hubiera conflictos dentro de nosotros, ni cambios, ni perturbaciones, estaríamos profundamente dormidos. Por esta razón los retos son necesarios para la mayoría de nosotros, pensamos que sin ellos la mente se volvería estúpida y pesada y, por lo tanto, dependemos de un reto, de una experiencia más excitante, más intensa, para que la mente llegue a ser más perspicaz. Pero de hecho, depender de estímulos y experiencias con el fin de mantenernos despiertos, sólo sirve para entorpecer aun más la mente; en realidad, no nos mantienen despiertos. Así, yo me pregunto: ¿me será posible permanecer despierto totalmente -no de manera superficial en unos cuantos aspectos de mi ser- sino totalmente despierto, sin ningún reto o experiencia? Esto implica una gran capacidad sensitiva, tanto física como psicológica; significa que debo estar libre a toda urgencia porque tan pronto anhelo algo, tendré la experiencia de ello. Y para estar libre de toda urgencia y satisfacción, necesito investigar dentro de mí mismo y comprender por completo la naturaleza de la urgencia.

El deseo urgente nace de la dualidad: "Soy infeliz y debo ser feliz". Precisamente en esta ansia de felicidad, hay infelicidad. Cuando uno hace un esfuerzo por ser bueno, en esa misma bondad está su opuesto, la maldad. Toda aseveración contiene su opuesto, y el esfuerzo por vencer, fortalece aquello contra lo cual se lucha. Cuando usted

anhela una experiencia de la verdad o de la realidad, ese anhelo nace de su descontento con lo **que es**, y así crea su opuesto. Y en lo opuesto está lo que **ha sido**. Por lo tanto uno debe librarse de esta urgencia incesante; de otra manera no habrá salido del círculo de la dualidad. Es necesario, pues, conocerse uno mismo de manera tan completa que la mente ya no busque más.

Una mente así no reclama experiencia alguna, no le interesa el reto, ni aun conocerlo; no dice: "Estoy dormida o despierta". Es plenamente lo que es. Sólo la mente superficial estrecha y frustrada, la mente condicionada, está siempre buscando algo más. ¿Será posible, entonces, vivir en este mundo sin el más, sin esta interminable comparación? ¿Seguro qué sí? Pero hay que descubrirlo por uno mismo.

La investigación de todo este problema constituye la meditación. Esta palabra se ha usado, tanto en Oriente como en el Occidente, en la forma más desafortunada. Hay distintas escuelas de meditación, diferentes métodos y sistemas. Hay sistemas que explican: "Observe el movimiento de su dedo gordo, obsérvelo, obsérvelo, obsérvelo". Hay otros sistemas que recomiendan sentarse en cierta postura, respirando con regularidad, o manteniéndose alerta como ejercicio. Todo esto es completamente mecánico. Otro método la da cierta palabra y le dice que si la pronuncia repetidamente tendrá una experiencia extraordinaria y trascendental. Esto carece de sentido. Es una forma de autohipnosis. Repitiendo Amén, u Om, Coca Cola indefinidamente es obvio que tendrá usted una determinada experiencia, porque la repetición aquieta la mente. Es un fenómeno bien conocido y que se ha practicado por miles de años en la India; se llama Mantra-Yoga. Con la repetición usted puede inducir a la mente para que sea suave y amable, pero seguirá siendo una mente mezquina, falsa y pequeña. Igualmente podría usted recoger una vara en el jardín, colocarla sobre la chimenea y poner ante ella una flor todos los días. Al mes, usted estaría adorándola y llegaría a ser un pecado no ponerle una flor al frente.

La meditación no consiste en seguir sistema alguno, en imitar y repetir constantemente. La meditación no es concentración. Uno de los gambitos favoritos de algunos maestros en meditación es insistir en que sus discípulos aprendan a concentrarse, es decir, fijar la mente en un pensamiento, rechazando los demás. Pero ésta es la práctica más estúpida y desagradable que cualquier escolar puede seguir sólo por que se le impone. Eso significa que usted está librando continuamente una batalla: insistiendo por un lado en que debe concentrarse, y por otro su mente está divagando en todo género de cosas. Al contrario, usted debe estar atento a cualquier movimiento de la mente por donde quiera que vague. Cuando su mente se distrae es porque está interesada en otra cosa.

La meditación requiere una mente asombrosamente alerta. Meditar es comprender la totalidad de la vida, en que ha cesado toda forma de fragmentación. La meditación no es el control del pensamiento, porque si éste se controla, engendra conflicto en la mente. Pero cuando usted comprende la estructura y origen del pensamiento, de lo cual ya hemos hablado, entonces el pensamiento no interferirá. Esa misma comprensión de la estructura del pensamiento es su propia disciplina, que es meditación.

La meditación consiste en darse cuenta de cada pensamiento y de cada sentimiento, sin decir nunca que está bien o mal, sino sólo observarlo y moverse con él. En esa observación usted comienza a comprender todo el movimiento del pensar y del sentir. Y de ese estado de ser consciente emana el silencio. El silencio que es resultado del pensamiento es estancamiento, es muerte. Pero el silencio que surge cuando el pensamiento ha comprendido su propio origen y su verdadera naturaleza y el hecho de nunca haber sido libre sino siempre viejo, este silencio es meditación en que el meditador está ausente por completo, porque la mente se ha vaciado a sí misma del pasado.

Si usted ha leído este libro toda una hora atentamente, eso es meditación. Si sólo se ha quedado con unas cuantas palabras y ha reunido algunas ideas para pensar en ellas más tarde, entonces eso ya no es meditación. La meditación es un estado de la mente que mira todas las cosas con atención completa, totalmente, no sólo en partes. Y nadie puede enseñarle cómo estar atento. Si lo aprende de algún sistema, usted estará atento al sistema, pero eso no es atención. La meditación es una de las artes más admirables de la vida, quizás la más grande, y no es posible aprenderla de nadie; en eso consiste su belleza. No tiene técnica y, por lo tanto, tampoco autoridad. Cuando usted aprende a conocerse, se observa, observa su forma de caminar, de comer, de hablar, la murmuración, el odio, los celos; si se da cuenta de todo esto que ocurre dentro de usted mismo, sin elección alguna, está llevando a cabo parte de la meditación.

Así, pues, la meditación puede realizarse mientras viaja en autobús, o cuando camina por los bosques llenos de luces y sombras, o escucha el canto de los pájaros, o mira el rostro de su esposa o hijo.

Cuando se comprende la meditación, hay amor, y el amor no es producto de sistemas, de hábitos, de método alguno. El amor no puede ser cultivado por el pensamiento. El amor puede tal vez nacer del pleno silencio, un silencio en que el meditador está ausente por completo. Y la mente sólo puede estar silenciosa cuando comprende su propio movimiento como pensamiento y emoción. Para comprender este movimiento no se le debe condenar mientras se observa. Observar de esta manera es disciplina, y esa clase de disciplina es libre, fluida, no es la disciplina de la conformidad.

CAPÍTULO XVI

La Revolución Total - La Mente Religiosa - La Energía - La Pasión

A través de todo este libro nos ha movido el interés de producir en nosotros mismos y, por lo tanto, en nuestras vidas, una total revolución que nada tiene que ver con la estructura de la sociedad tal como es. La sociedad se ha convertido en una cosa horripilante con sus continuas guerras de agresión, ya sean éstas defensivas u ofensivas. Lo que necesitamos es algo totalmente nuevo -una revolución, una mutación en la misma psiquis-. No es posible que el viejo cerebro pueda resolver los problemas humanos de relación. El viejo cerebro es asiático, europeo, americano o africano; por ese motivo nos estamos preguntando: ¿Seremos capaces de producir una mutación en las células mismas de ese cerebro?

Preguntémonos de nuevo, ahora que hemos llegado a comprendernos mejor: "¿Será posible para un ser humano, que vive una vida rutinaria en este mundo brutal, violento y despiadado -un mundo que se vuelve más y más eficiente y, por lo tanto, más y más cruel- será posible para él, producir una revolución no sólo en sus relaciones exteriores, sino también en el campo total de sus pensamientos, sentimientos, acciones y reacciones?"

Diariamente vemos o leemos acerca de las cosas aterradoras que ocurren en el mundo como resultado de la violencia en el hombre. Usted quizá diga: "Yo nada puedo hacer", o bien, "¿cómo puedo influir en el mundo?" Yo pienso que sí puede influir tremendamente, si en su interior no es violento, si cada día lleva usted en efecto una vida pacífica -una vida sin competencia, sin ambición o envidia- una vida que no esté creando enemistad. Los pequeños fuegos pueden volverse una hoguera.

Nosotros hemos reducido la tierra a su presente estado de caos por nuestra actividad egocéntrica, por nuestros prejuicios, nuestros odios, nuestro nacionalismo, y cuando decimos que nada podemos hacer, estamos aceptando el desorden en nosotros mismos como inevitable. Hemos dividido el mundo en fragmentos, y si nosotros mismos estamos divididos, fragmentados, también lo estarán nuestras relaciones con el mundo. Pero si al hacer algo, actuamos totalmente, entonces nuestras relaciones con el mundo sufrirán una revolución tremenda.

Después de todo, cualquier movimiento que valga la pena, cualquier acción que tenga profundo significado, debe empezar en cada uno de nosotros. Yo debo cambiar primero, debo ver cual es la naturaleza y la estructura de mi relación con el mundo -y precisamente en el mismo **ver** está el actuar-; por lo tanto, yo, como ser humano que vivo en el mundo, produzco una cualidad diferente, que es, me parece a mí, la cualidad de la mente religiosa.

La mente religiosa es por completo distinta a la mente que cree en la religión. Usted no puede ser religioso, y ser a la vez hindú, un musulmán, un cristiano, un budista. Una mente religiosa no busca nada, no puede experimentar con la realidad. La Verdad no es algo que a usted le dictan su placer o su dolor o su condicionamiento como hindú o como cualquiera otra religión a que pertenezca. La mente religiosa es un estado en que no hay temor, y, por lo tanto, ninguna creencia; sólo hay **lo que es**, **lo que realmente es**.

En la mente religiosa existe ese estado de silencio -que ya hemos examinado antes- y que no es producto del pensamiento, sino resultado de estar conscientemente alerta (awareness). Cuando el meditador está totalmente ausente, ese estado de ser consciente es meditación. En ese silencio hay un estado de energía sin conflicto. La energía es acción y movimiento. Toda acción es movimiento, y toda acción es energía. Toda la vida es energía. Si a esa energía se le permite fluir sin contradicción, sin fricción, sin ningún conflicto, entonces será inmensa, inagotable. Sin fricción no hay fronteras para la energía. Es la fricción la que la limita. ¿Por qué entonces, viendo esto, el ser humano produce fricción dentro de esta energía? ¿Por qué crea fricción en este movimiento al que llamamos vida? ¿Es la energía pura, la energía sin limitaciones, simplemente una idea para él? ¿No tiene realidad?

Necesitamos energía no sólo para producir una revolución total en nosotros mismos, sino también para investigar, para observar, para actuar. Y mientras haya fricción de algún tipo en cualquiera de nuestras relaciones, ya sea entre esposa y esposo, entre hombre y hombre, entre una comunidad y otra, uno y otro país, o una y otra ideología -si hay fricción interna, o conflicto externo en alguna forma, por sutil que pueda ser- habrá desperdicio de energía.

Siempre que hay un intervalo de tiempo entre el observador y lo observado, se crea fricción y, por lo tanto, se malgasta energía. Esa energía se eleva a su punto más alto, cuando el observador es lo observado, en que no hay intervalo de tiempo en absoluto. Siendo así, habrá energía sin motivación, y ésta descubrirá su propio canal de acción, porque entonces el **Yo** no existe.

Necesitamos una tremenda cantidad de energía para comprender la confusión en que vivimos, y el sentir "tengo que comprender", produce la vitalidad para investigar. Pero la búsqueda, la investigación implica tiempo, y como hemos visto, el descondicionamiento gradual de la mente no es el camino. El tiempo no es el medio. Ya seamos viejos o jóvenes, es **ahora** cuando el proceso total de la vida puede llevarse a una dimensión diferente. Buscar lo opuesto de lo que somos tampoco es el medio, ni lo es la disciplina artificial impuesta por un sistema, un maestro, un filósofo, o un sacerdote -todo esto es muy infantil. Cuando nos damos cuenta de esto, nos preguntamos: ¿Será posible

abrirse paso inmediatamente a través de este pesado condicionamiento de siglos, sin entrar en otro condicionamiento- ser libres para que la mente pueda ser del todo nueva, sensible, viva, alerta, intensa, capaz? Este es nuestro problema. No hay otro porque cuando la mente llega a ser nueva puede afrontar cualquier problema. Esa es la única pregunta que tenemos que formularnos.

Pero no preguntamos. Deseamos información. Una de las cosas más curiosas en la estructura de nuestra psiquis es que todos queremos que se nos de información porque somos el resultado de diez mil años de propaganda. Queremos que otra persona confirme y corrobore lo que pensamos; sin embargo, la pregunta sólo es auténtica cuando uno se la hace a sí mismo. Lo que yo digo tiene muy poco valor; usted lo olvidará una vez cierre este libro, o recordará y repetirá ciertas frases, o comparará con lo que ha leído en otros libros, pero no se enfrentará a su propia vida. Y esto es lo único que importa -su vida, usted mismo, su pequeñez, su superficialidad, su brutalidad, su violencia, su codicia, su ambición, su agonía diaria y su dolor interminable- esto es lo que tiene que comprender, y nadie sobre la tierra o del cielo va librarlo de ello sino usted mismo.

Al ver todo lo que ocurre en su vida diaria, en sus actividades cotidianas, cuando toma una pluma para escribir, cuando habla, cuando sale a dar un paseo, cuando camina solo por los bosques -¿puede usted en un instante, con una mirada, conocerse sencillamente tal como es?- Cuando usted se conoce tal como es, entonces comprende la total estructura de los empeños del hombre, sus decepciones, sus hipocresías, su búsqueda. Para conseguirlo tiene que ser tremendamente honrado con usted mismo, a través de todo su ser. Cuando actúa conforme a sus principios, ya no es honrado, porque esta actuando según lo que piensa que debe ser, y ya no es usted mismo. El tener ideales, creencias o principios es algo brutal, porque no se puede ver uno a sí mismo directamente. Entonces, ¿puede usted mantenerse en actitud completamente negativa, completamente serena, sin pensar ni temer, mientras está, sin embargo, extraordinariamente, apasionadamente vivo?

Ese estado mental en que uno es ya incapaz de esforzarse por nada, es la verdadera mente religiosa, y en tal estado usted puede encontrarse con esta cosa llamada verdad, o realidad, bienaventuranza, Dios, belleza o amor. Esta cosa no puede ser invitada. Por favor, comprenda este sencillo hecho. No puede ser invitada, no puede ser perseguida, porque la mente es demasiado tonta, demasiado pequeña; sus emociones son demasiado falsas, su modo de vivir demasiado confuso, para recibir eso tan enorme, esa cosa tan inmensa en su pequeña casa, su pequeño rincón de vida, que ha sido tan hollado y menospreciado. Usted no puede invitarla. Podría hacerlo si la conociera, y usted no la conoce. Cualquiera que diga, sea quien sea: “Yo la conozco”, en realidad, no la conoce. Una vez que usted dice que la ha encontrado, no la ha encontrado. Si afirma que la ha conocido por experiencia, no puede haberla conocido. Todos esos son medios de explotar a otra persona -su amigo o su enemigo-.

Uno se pregunta entonces si será posible encontrarse con eso sin invitarlo, sin esperarlo, sin buscarlo o explotarlo, que llegue simplemente como una fresca brisa que entra cuando usted deja la ventana abierta. Usted no puede invitar al aire, pero tiene que dejar la ventana abierta. No quiere decir que se quede en estado de expectación; esta es otra forma de engaño. Tampoco quiere decir que se abra usted mismo para recibir; esta es otra clase de pensamiento.

¿Se ha preguntado alguna vez por qué carecen de esta cosa los seres humanos? Ellos engendran hijos, tienen sexo, ternura, la capacidad de compartir algo en compañía, en amistad, en hermandad, pero esta cosa: ¿por qué no la han hallado? ¿Ha tenido usted alguna vez la oportunidad de vagar ociosamente mientras caminaba solo por una calle sucia o sentado en un autobús, o en la playa en un día de fiesta, o andando por un bosque entre pájaros, árboles, arroyos y animales salvajes? ¿Se le ha ocurrido preguntarse alguna vez por qué el hombre, que ha vivido por millones y millones de años, no ha conseguido esta cosa, esta extraordinaria flor que nunca se marchita? ¿Por qué usted que como ser humano es tan capaz, tan ingenioso, tan astuto, tan hábil en la competencia, que posee tan maravillosa tecnología; que se eleva a los cielos y baja a las profundidades de la tierra y del mar, e inventa cerebros electrónicos extraordinarios -¿por qué no ha conseguido esta única cosa que importa?- No sé si usted alguna vez se ha enfrentado seriamente a este problema: ¿por qué su corazón está vació?

¿Cuál sería su respuesta si se formulara esta pregunta a usted mismo -su respuesta directa, sin equívocos o ingeniosidad alguna-? Su contestación estaría de acuerdo con la intensidad y la urgencia de la pregunta. Pero en usted no hay intensidad ni urgencia porque carece de energía, la energía que es pasión -y no podrá encontrar ninguna verdad sin pasión- pasión apoyada por exaltado entusiasmo; pasión tras la cual no se oculta el deseo. La pasión es más bien algo aterrador, porque si usted tiene pasión no sabe a dónde le llevará.

Así, tal vez sea el temor el motivo por el cual no ha conseguido la energía de esa pasión, que es necesaria para descubrir por usted mismo por qué carece de esta cualidad del amor, por qué no arde esta llama en su corazón. Si ha examinado con cuidado su mente y corazón, hallará la respuesta. Si es apasionado en su intento de descubrir por qué no lo ha conseguido, sabrá que está ahí. Sólo a través de la completa negación, que es la más alta forma de pasión, surge esa cosa que es amor. Como sucede con la humildad, no se puede cultivar el amor. La humildad nace de una carencia total de presunción. En ese caso nunca se sabe lo que es ser humilde. El hombre que sabe lo que es tener

humildad es un hombre vano. En la misma forma, cuando usted pone su mente, su corazón, sus nervios, sus ojos, todo su ser para encontrar el camino de la vida, para ver lo que es realmente, y logra transcenderlo, y niega completa y totalmente la vida que vive ahora, de esa misma negación de lo feo, de lo brutal, surge lo otro. Pero usted nunca lo sabrá. Un hombre que reconoce que está en silencio, o que ama, no sabe lo que es el amor o lo que es el silencio.

I N D I C E

Jiddu Krishnamurti nació en el sur de la India en 1897 y fue educado desde niño en Inglaterra. Durante varias décadas ha viajado por distintos países, celebrando diálogos con grupos y dando conferencias públicas en muchas ciudades o en campamentos especialmente organizados en América, Europa y Asia. Hoy se le considera como uno de los más destacados pensadores de nuestra época, no sólo por la profundidad de su mensaje, sino por su tenaz insistencia en el conocimiento propio como base esencial para la liberación total del hombre y el desarrollo de una nueva sociedad. Miles de personas en los diversos campos de la actividad humana han encontrado una orientación vital por la comprensión de sus enseñanzas.

En la actualidad su centro de acción en Occidente está en Saanen, uno de los más bellos lugares en los Alpes suizos, donde todos los años se celebra un campamento durante julio y agosto. Al mismo acuden miles de personas de los más apartados rincones del mundo para oír sus conferencias y participar en las reuniones de discusión que él dirige.